

MORAL **DAN** ETIKA **DALAM** KISAH HIDUP BUDDHA

Kumpulan Cerita
dan Kegiatan untuk Remaja



Ditulis oleh
Margaret Lisa Buschmann

MORAL DAN ETIKA DALAM KISAH HIDUP BUDDHA
Kumpulan Cerita dan Kegiatan untuk Remaja.

Pustaka Penerbit Yayasan Dhammavihārī Buddhist Studies
Cetakan I, Maret 2019

Judul Asal:

Morals in The Life Story of The Buddha, Stories and Activities for Youth

Pengarang & Ilustrator Buku Asal:

Margaret Lisa Buschmann

Penerjemah:

Rosalina Lin

Editor:

Feronica Laksana & Karuna Adi Sasmita

Ilustrator:

Neti Arbie

Penerbit Asal:

Buddhist Publication Society, Sri Lanka

Hak Cipta Terjemahan Indonesia :

Penerbit Yayasan Dhammavihari

Jl. Outer Ring Road Lingkar Luar,

Jakarta Barat 11730 Tel: 085782800200

Email: yayasandhammavihari@gmail.com

<http://dhammavihari.or.id>

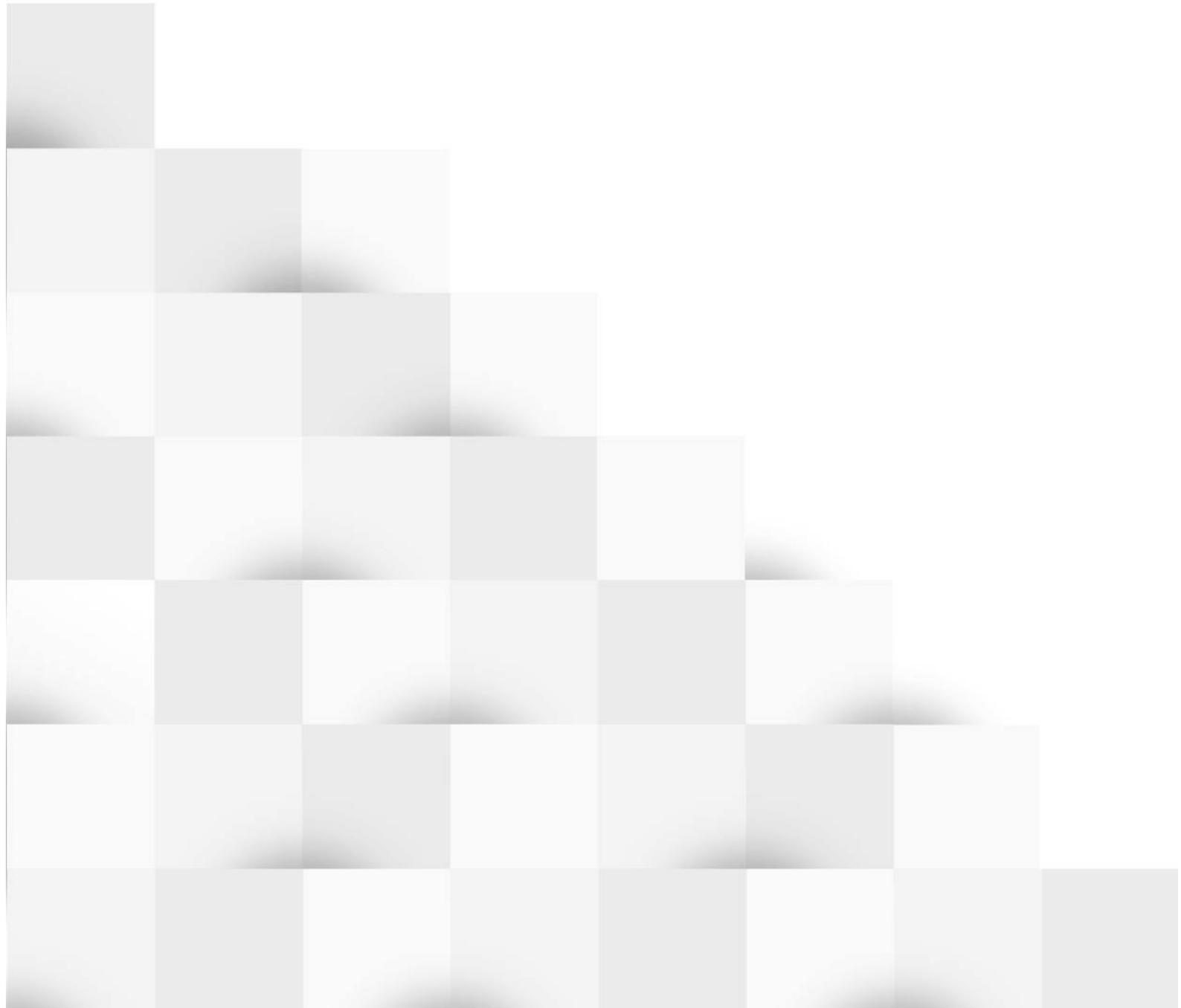
HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UNDANG-UNDANG

Buku ini dipublikasikan hanya untuk dibagikan secara
GRATIS dan TIDAK UNTUK DIJUAL.



*Namo Tassa Bhagavato Arahato
Sammāsambuddhassa*





Prakata

Buku ini ditulis untuk didedikasikan kepada Yang Mulia Bhikkhu Ñāṇamoli, penerjemah hebat teks Buddhis Theravāda dalam Bahasa Pāli ke Bahasa Inggris. Sumber utama cerita dalam buku ini berasal dari buku yang terkenal, *Kehidupan Buddha (The Life of the Buddha)*, karangan Yang Mulia Bhikkhu Ñāṇamoli, yang diterbitkan oleh Publikasi Masyarakat Buddhis (Buddhist Publication Society) di Kandy, Sri Lanka.

Terima kasih saya yang tulus kepada guru-guru *Dhamma* saya (urutan sesuai dengan waktu/masa perjumpaan saya dengan beliau-beliau): Yang Mulia Katugastota Uparatana dari Internasional Buddhist Center di Wheaton, Yang Mulia Karaputugala Indaratana dari Internasional Buddhist Society di Pennsylvania, Yang Mulia Dr. Henepola Gunaratana dari Bhāvana Society, Yang Mulia Yogavachara Rāhula dari Bhāvana Society, dan Yang Mulia Maharagama Dhammasiri dari Wihara Buddhis Washington D.C. Terima kasih saya kepada Yang Mulia Uparatana atas bimbingan dan inspirasi beliau dalam penulisan buku ini. Terima kasih saya juga kepada Yang Mulia Dhammasiri, Yang Mulia Pasanno dari Wat Phramahajanaka di Georgia dan Souksomboun Sayasithsena dari Wat Lao Buddhavong di Washington D.C. atas kontribusi berharga beliau-beliau terhadap buku ini.

Saya ingin berterima kasih kepada semua murid saya yang belajar di sekolah *Dhamma* di Pusat Buddhis Internasional dan di program Sai Spiritual Education (Bal Vikas), yang memberikan kebahagiaan dan inspirasi yang sangat besar kepada saya. Saya secara khusus menyebut Priya dan Lakshmi Soundararajan, yang memberi teladan *Dhamma* yang manis dan bersinar, yang telah pergi ke kehidupan berikutnya.

Saya sangat berterima kasih kepada Bhikkhu Nyanatusita dari Buddhist Publication Society, dan Ken serta Visakha Kawasaki atas dorongan semangat, dukungan, dan kesabaran mereka. Sebagai tambahan, saya menghargai dedikasi para anggota International Buddhist Society di Pennsylvania.

Penghargaan sebesar-besarnya yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata kepada Asoka Ganhewa, atas dukungan, dorongan, dan tuntunannya.

Semoga mereka semua menerima limpahan/dedikasi kebajikan yang diperoleh atas penerbitan buku ini.

Margaret Lisa Buschmann, Sekretaris
(International Buddhist Society) Masyarakat Buddhis Internasional di Pennsylvania
www.pabuddhistvihara.net



Daftar Isi

Prakata	v
Daftar Isi	vii
Pendahuluan	ix
<i>Paritta</i> Buddhis	xi
Meditasi	xii
Daftar Pustaka	xv
Bab 22: Pertengkaran di Kosambī Bagian 2	1
Bab 23: <i>Āṅgulimāla</i>	7
Bab 24: <i>Sundarī</i>	13
Bab 25: <i>Soṇa Koḷivisa</i>	21
Bab 26: <i>Visākhā</i>	27
Bab 27: <i>Bhikkhu</i> yang Sakit	33
Bab 28: <i>Sopāka</i>	39
Bab 29: Kemarahan <i>Devadatta</i>	47
Bab 30: <i>Devadatta</i> Memecah Belah <i>Saṅgha</i>	55
Bab 31: <i>Buddha Parinibbāna</i>	61



Pendahuluan

Buku ini diterbitkan dengan tujuan meningkatkan sifat-sifat kebajikan remaja dengan belajar dan mempraktikkan nilai-nilai spiritual (moral). Dalam istilah Buddhis, hal ini akan menuntun mereka di jalan *Dhamma* menuju tujuan akhir yaitu pencerahan, atau terbebas dari lingkaran kelahiran. Buku ini tidak hanya untuk umat Buddhis. Buku ini bersifat mendidik bagi remaja dari agama apa pun untuk mengenal figur religius yang hebat, Buddha Gotama, dan belajar nilai-nilai moral yang merupakan inti (pusat) dari semua agama. Buku ini tidak menyelami doktrin-doktrin dan istilah-istilah yang khusus untuk kaum Buddhis, tetapi memang mengacu kepada kepercayaan kaum Buddhis akan kelahiran kembali, *kamma*, dan menjelaskan prinsip dasar Buddhisme yakni Jalan Tengah, Empat Kebenaran Mulia, dan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Diharapkan bahwa setiap orang dengan kepercayaan apa pun akan terinspirasi oleh buku ini.

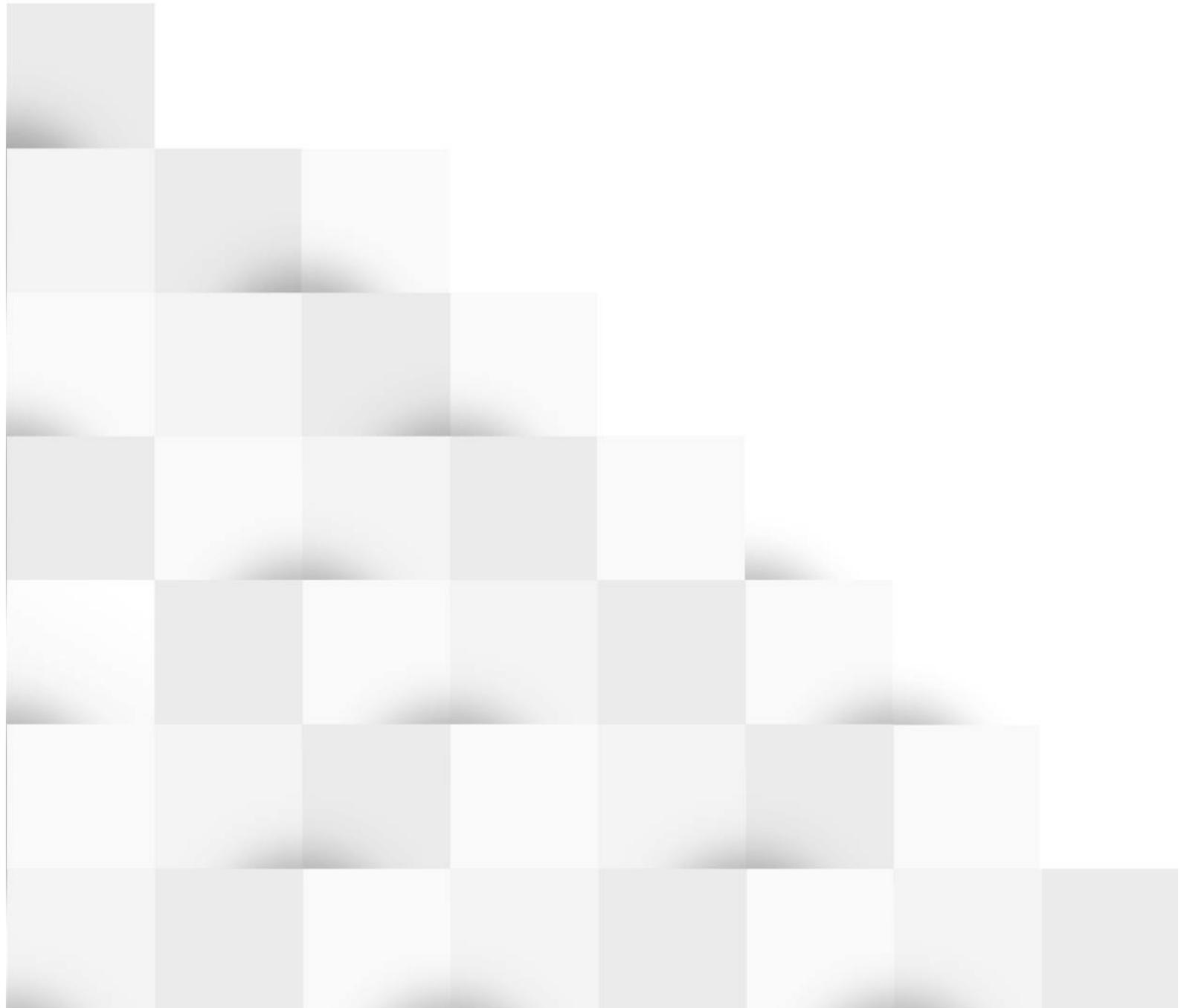
Cerita-cerita Buddha dalam buku ini tidak diterjemahkan secara langsung dari teks-teks Pāli, termasuk suku kata, tata bahasa dan cara berbicara yang mungkin akan membingungkan dan tidak dapat dipahami oleh remaja sekarang. Sebaliknya diceritakan dalam bahasa Inggris modern yang gampang dipahami. Tambahan pula, beberapa penjelasan detail yang banyak terdapat dalam terjemahan umum, dihilangkan dalam buku ini agar dapat lebih fokus pada nilai-nilai moral.

Kutipan kata-kata dari Buddha yang berkaitan dengan cerita tidak hanya menggambarkan nilai moral dalam cerita tersebut. Contohnya, dalam cerita “Devadatta dan si Angsa,” moral dan etika dalam cerita ini jelas adalah rasa welas asih untuk menghindari pembunuhan atau melukai binatang. Karena secara alamiah anak-anak mempunyai rasa sayang terhadap binatang, maka cukup seadanya untuk mengemukakan hal tersebut. Sangat penting untuk menekankan nilai moral yang telah sangat berkurang pada remaja sekarang ini. Karena itu, nilai moral yang dikutip adalah untuk menghindari pertengkaran, karena zaman sekarang kebanyakan orang bertengkar hanya karena masalah sepele.

Orang-orang muda zaman sekarang secara umum tahu apa yang harus mereka kerjakan dan apa yang tidak harus mereka kerjakan, namun dalam kehidupan sehari-hari mereka lebih cenderung mengikuti arus yang sedang “trendy”, daripada melawan arus demi perilaku moral yang lebih baik. Banyak anak-anak dan remaja berperilaku yang berbeda saat menghadapi orangtua mereka dan saat bersama teman-temannya. Oleh karena itu pembahasan di buku ini mengangkat tantangan-tantangan yang mereka hadapi dalam mempertahankan perilaku yang bernilai luhur saat menghadapi teman sebaya mereka.

Gambar¹ dalam buku ini dapat diwarnai dengan krayon, pensil warna, pastel atau spidol, dan boleh ditambahkan dengan bunga-bunga, pohon-pohonan serta hiasan lainnya.

¹ Catatan penerbit DBS: Gambar telah diilustrasi ulang



Paritta Buddhis

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Hormat kepada Beliau Yang Maha Mulia, Yang Maha Suci, Yang Telah
Mencapai Penerangan Sempurna. (3x)

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saya berlindung kepada Buddha.

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saya berlindung kepada *Dhamma*.

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saya berlindung kepada *Saṅgha*.

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Untuk kedua kalinya, saya berlindung kepada Buddha.

Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Untuk kedua kalinya, saya berlindung kepada *Dhamma*.

Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Untuk kedua kalinya, saya berlindung kepada *Saṅgha*.

Tatīyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Untuk ketiga kalinya, saya berlindung kepada Buddha.

Tatīyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Untuk ketiga kalinya, saya berlindung kepada *Dhamma*.

Tatīyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Untuk ketiga kalinya, saya berlindung kepada *Saṅgha*.

Pāṇātipātā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Saya bertekad akan melatih diri menghindari pembunuhan makhluk hidup.

Adinnādānā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Saya bertekad akan melatih diri menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan.

Kāmesu micchācārā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Saya bertekad akan melatih diri menghindari perbuatan asusila.

Musāvādā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Saya bertekad akan melatih diri menghindari ucapan yang tidak benar.

Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇi sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Saya bertekad akan melatih diri menghindari segala minuman keras yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran.

Meditasi

Meditasi pernafasan:

Duduklah bersila di atas lantai atau duduk di alas bantal dengan kaki bersilang di lantai. Letakan satu telapak tangan di atas telapak tangan lainnya, dengan ibu jari saling menyentuh. Tutup mata dengan lembut, duduk dengan tegak, tetapi bahu, lengan, dan tangan dalam keadaan rileks. Biarkan lengan terasa berat sehingga rileks. Tarik dagu sedikit ke dalam. Biarkan badan kamu serileks mungkin seakan-akan dapat tertidur, tetapi tetap duduk tegak. Tarik nafas panjang perlahan ke dalam dan keluarkan. Usahakan bernafas hanya melalui hidung, perlahan-lahan dan tidak dibuat-buat (alami). Saat kita bernafas dengan perlahan dan panjang, pikiran kita dapat melambat dan rileks. Perhatikan bagaimana rasanya nafas masuk dan nafas keluar.

Perhatikan rasa pada ujung hidung kamu saat nafas masuk dan nafas keluar. Ujung hidung kamu mungkin terasa dingin saat nafas masuk dan hangat saat nafas keluar. Perhatikan gerakan perut kamu saat nafas masuk dan keluar. Perut kamu akan mengembang saat nafas masuk dan mengempis saat nafas keluar. Saat kamu bernafas biarkan perut kamu mengembang dan mengempis secara wajar. Perhatikan rasa di dada kamu selagi kamu bernafas masuk, dan keluar. Paru-paru kamu akan terisi udara saat nafas masuk dan kosong saat nafas keluar. Perhatikan rasa di tenggorokan saat nafas masuk dan keluar. Perhatikan rasa jauh di dalam hidung kamu saat nafas masuk dan nafas keluar. Sekarang kamu dapat memilih salah satu tempat untuk menjadi fokus perhatianmu yang menurut kamu paling mudah, misalnya ujung hidung, hidung bagian dalam, dada, atau perut. Tetap perhatikan tempat yang telah kamu pilih tersebut selama kamu bernafas masuk dan keluar, untuk beberapa kali, selama yang kamu bisa. Coba untuk menyadari bila kamu sedang memikirkan sesuatu, bawa kembali perhatian kamu ke tempat yang jadi pilihan kamu, bernafas masuk, dan keluar.

Meditasi *Mettā* (Cinta Kasih)

Mulai dengan meditasi pernafasan seperti di atas dan dilanjutkan dengan berikut ini:

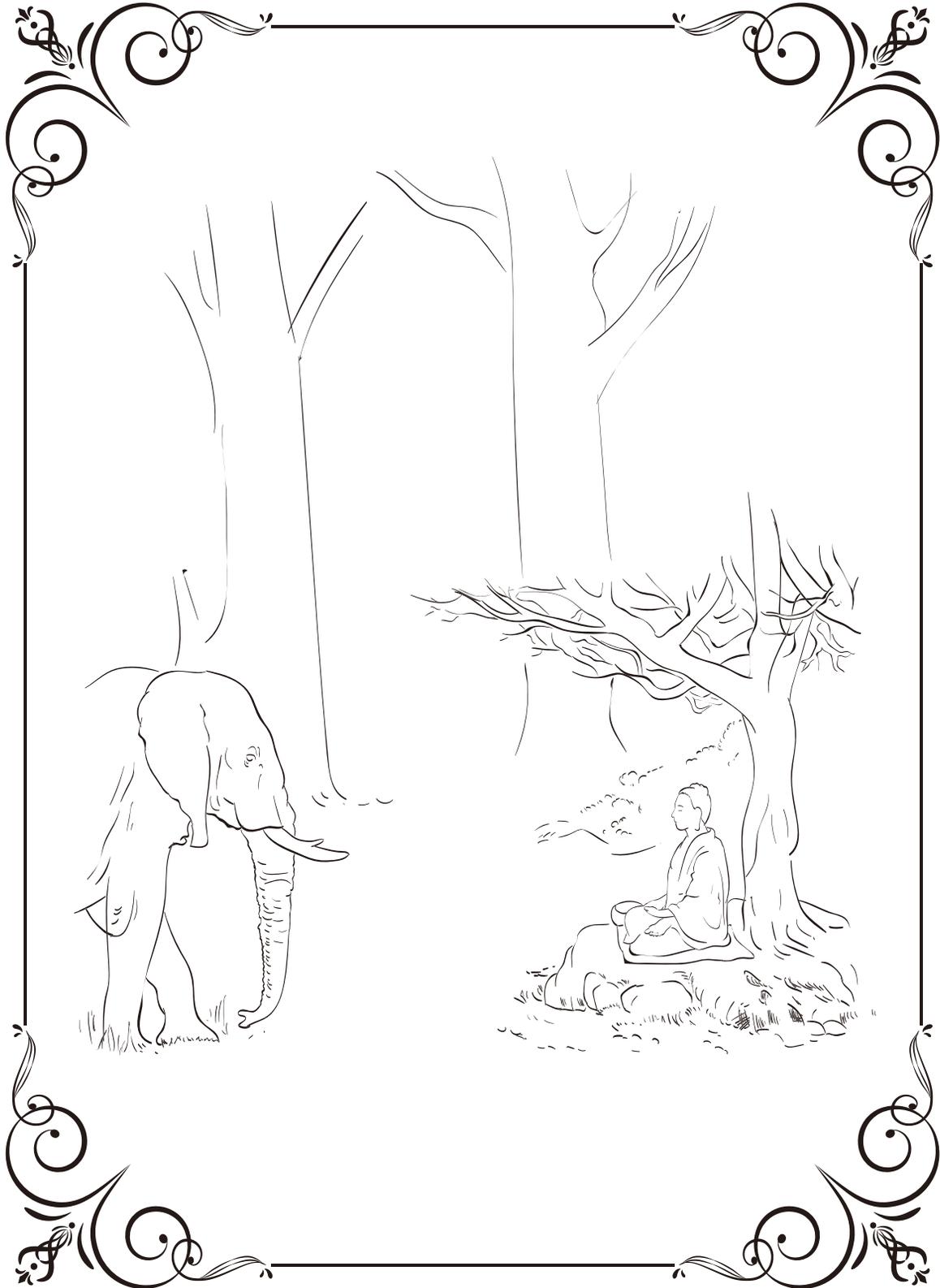
Bayangkan kamu sedang menggendong bayi hewan kesayanganmu yang lucu, mungkin seekor kelinci, burung, atau seekor anak anjing. Bayangkan kamu menggendongnya dekat di hatimu, memeluknya dengan kasih sayang dan penuh kelembutan. Kamu merasa ingin melindunginya dan menjaganya sehingga ia selalu merasa senang. Kamu tahu bahwa dia sungguh sangat baik dan tidak berdosa. Perhatikan betapa kamu senang dan penuh cinta kasih terhadap hewan kesayanganmu itu. Sekarang marilah kita pancarkan cinta kasih (*mettā*) yang sama seperti kepada bayi hewan kesayangan terhadap yang lainnya. Rasa cinta kasih yang sama terhadap orangtua kita yang telah

begitu mencintai kita. Rasa cinta kasih yang sama terhadap anggota keluarga yang lain, yang telah membantu kita berkali-kali. Rasa cinta kasih yang sama kepada teman kita yang telah begitu baik terhadap kita. Rasa cinta kasih yang sama terhadap guru kita yang telah dengan sabar mengajari kita. Bayangkan kamu memberikan hewan kesayangan kamu tersebut kepada seseorang di sekolah yang tidak terlalu kamu kenal, dan orang tersebut merasa sangat senang menggendong hewan kesayanganmu tersebut dan tersenyum saat memeluknya. Kamu telah memberikan kebahagiaan kepada orang tersebut. Bayangkan kamu memberikan hewan kesayangan kamu tersebut kepada orang lain di sekolah yang tidak kamu kenal, kepada tetangga, dan mereka tersenyum penuh kebahagiaan dan cinta. Sekarang pikirkan seseorang yang telah mengganggu kamu sebelumnya. Bayangkan kamu memberikan hewan kesayangan kamu kepada orang itu, dan dia tersenyum dan melihatnya dengan penuh cinta kasih, kemudian melihat kepada kamu dengan penuh kebaikan. Saat kamu tersenyum kepadanya, dia membalas senyummu. Kamu telah memberikan kebahagiaan kepada orang tersebut. Pikirkan semua orang yang telah mengganggu atau membuat kamu sedih dan bayangkan kamu memberikan hewan kesayangan kamu tersebut kepada mereka masing-masing, untuk dipeluk mereka, dan mereka menjadi bahagia dan penuh cinta saat mereka membuka hati mereka kepada hewan kesayangan tersebut, kemudian kepada diri kamu.

Daftar Pustaka

1. Bhikkhu Ñāṇamoli, *The Life of the Buddha According to the Pali Canon* (Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 3rd Ed. 1992).
2. Yang Mulia Weragoda Sarada Mahā Thero, *Treasury of Truth*, Ilustrasi *Dhammapada* (The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation, Taiwan 1993).
3. Yang Mulia Sri Acharya Buddharakkhita, *Dhammapada, A Practical Guide to Right Living* (Buddha Vacana Trust, Maha Bodhi Society, Bangalore, India).
4. Rev. Siridhamma, *The Life of the Buddha*, Bagian Satu dan Dua (Buddhist Missionary Society, Kuala Lumpur, Malaysia).
5. Yang Mulia Dr. Henepola Gunaratana Nayaka Thero, *Bhāvana Vandana (Bhāvana Society, West Virginia, USA, 2nd Ed. 2001).*

Bagaikan Seekor Gajah yang Menyendiri di dalam Hutan



Bab 22

Pertenggaran di Kosambī Bagian 2

Buddha mengajari para *bhikkhu* di Kosambī bahwa mereka harus mengakui kesalahan mereka, walaupun mereka belum yakin bahwa mereka salah, dan mengingatkan mereka bahwa pertenggaran dapat terjadi bila tidak mengakui kesalahan. Setelah Buddha mengajari mereka hal tersebut, Beliau pergi meninggalkan para *bhikkhu*. Pertenggaran di antara para *bhikkhu* semakin besar. Mereka berdebat dengan suara yang kencang dan keras, dan saling melukai dengan kata-kata kasar dan penghinaan. Mereka tidak dapat menyelesaikan perselisihan mereka.

Salah seorang *bhikkhu* menjumpai Buddha, menghormat kepada Beliau, dan menjelaskan kejadian di wihara, akhir dari perdebatan adalah pertenggaran, percekocokan, perselisihan, perasaan tidak baik, dan dengan keras mempertahankan pendapat masing-masing. *Bhikkhu* itu berkata, “*Bhante, adalah baik jika dengan cinta kasih Bhante berkenan pergi mengunjungi para bhikkhu yang berselisih itu.*” Buddha tanpa berkata-kata menyetujui melakukan kunjungan yang diminta. Beliau pergi ke Kosambī, menemui para *bhikkhu* dan meminta mereka untuk berhenti berdebat dan bertengkar. Seorang *bhikkhu* berkata, “*Bhante, Engkau adalah Guru Dhamma, menetap dan hiduplah dengan damai di sini. Jangan khawatir dengan ini semua. Biar kami yang menanggung kesalahan atas perselisihan dan pertenggaran ini.*” Sekali lagi Buddha meminta para *bhikkhu* untuk berhenti bertengkar dan jawaban yang diberikan para *bhikkhu* tetap sama. Setelah Buddha meminta mereka untuk ketiga kalinya untuk berhenti bertengkar, para *bhikkhu* masih tidak setuju untuk berhenti, Buddha berpikir, “Para *bhikkhu* ini pikirannya sudah terobsesi. Sudah tidak mungkin lagi untuk membuat mereka mengerti apa yang benar dan apa yang salah.” Lalu Beliau pun pergi.

Pagi hari, setelah Beliau menerima derma makan di desa, Beliau duduk, lalu berkata, “*Saat banyak orang berteriak-teriak, tidak ada yang dapat berpikir, 'Saya ini bodoh, saya telah menjadi bagian dari pertenggaran ini, saya membantu terjadinya hal ini.' Mereka lupa berbicara dengan kebijaksanaan, pikiran mereka telah terobsesi untuk terus berbicara, mereka tidak dapat mengontrol*

mulut mereka. Mereka bahkan tidak tahu mengapa mereka berbuat seperti itu. Pikiran mereka adalah, 'Dia berbuat jahat terhadap saya', dan yang ada adalah perasaan benci. Kebencian tidak dapat dipadamkan dengan kebencian. Kebencian hanya dapat dipadamkan dengan cara mengontrol diri, dengan pengertian, memaafkan dan melupakan kesalahan yang diperbuat terhadap kita. Jika kamu mempunyai seorang sahabat yang bijaksana yang dapat menuntunmu ke kehidupan yang mulia, selalu bersahabat dengan dia, penuh dengan suka cita dan penuh dengan kesadaran, maka kamu akan dapat mengatasi kemarahan. Jika kamu tidak menemukan seorang sahabat yang bijaksana yang dapat menuntunmu ke kehidupan yang mulia, maka jalankan sendiri kehidupanmu seperti seorang raja yang meninggalkan kerajaan yang ditaklukkan, atau seperti seekor gajah yang mengembara sendirian di hutan. Jangan bersahabat dengan orang-orang bodoh. Berjalanlah sendiri dan tidak mencelakakan siapa pun, kamu tidak akan terlibat dalam konflik. Jadilah seperti seekor gajah yang hidup menyendiri di dalam hutan."

Buddha kemudian pergi ke desa lain, ke Taman Bambu Timur. Saat tiba, petugas keamanan taman melihat kedatangan Beliau dan mencegahnya masuk agar tidak ada yang mengganggu tiga orang *bhikkhu* yang hidup di sana. Yang Mulia Anuruddha meminta petugas keamanan mengizinkan Buddha untuk masuk, karena Beliau adalah guru mereka. Yang Mulia Anuruddha memanggil kedua orang *bhikkhu* lainnya, mereka mempersiapkan tempat duduk untuk Buddha. Beliau bertanya kepada mereka apakah mereka baik-baik saja, nyaman, dan mempunyai makanan yang cukup. Beliau juga bertanya apakah mereka hidup dengan harmonis satu sama lain, apakah mereka memperlakukan dengan baik satu sama lainnya. Mereka menjawab "Ya, *Bhante*." Buddha bertanya kepada Yang Mulia Anuruddha, "Bagaimana kamu dapat melakukannya?" Yang Mulia Anuruddha menjawab, "Saya merasa begitu beruntung dapat hidup bersama sahabat-sahabat yang demikian dalam kehidupan suci. Perbuatan, perkataan, dan pikiran saya selalu penuh dengan cinta kasih terhadap *bhikkhu* lainnya. Saya berpikir, mengapa saya melakukan apa yang saya inginkan, mengapa bukan melakukan apa yang mereka inginkan." Saat Buddha bertanya kepada dua *bhikkhu* lainnya bagaimana mereka hidup bersama, mereka semua mengatakan hal yang sama. Buddha bertanya apakah mereka rajin berlatih dan mengontrol diri, mereka menjawab, "Ya", Beliau bertanya bagaimana bisa melakukan hal itu. Mereka berkata, "Barang siapa yang lebih dahulu tiba sekembali dari menerima derma makan, menyiapkan tempat duduk, air, dan tempat sampah, dan yang terakhir tiba mengerjakan pekerjaan bersih-bersih setelah selesai makan. Yang lebih dahulu melihat ada pekerjaan yang harus dilakukan akan melakukannya, dan yang lainnya akan membantu." Setelah Buddha mendiskusikan *Dhamma* dengan mereka, Beliau pun pergi.

Beliau duduk sendiri merenungkan betapa tidak nyamannya terganggu oleh para *bhikkhu* yang bertengkar, sekarang Beliau menyendiri dan bisa hidup dengan tenang. Beliau melihat gajah yang terganggu oleh gerombolan gajah lainnya, yang juga berada di sana untuk hidup sendirian.

Di Kosambī, penduduk desa menyadari bahwa Buddha telah meninggalkan Kosambī, dan mereka berpikir, “Para *bhikkhu* di sini mengganggu Buddha hingga Beliau pergi. Kita tidak perlu memedulikan mereka dan tidak perlu menghargai dan menghormati para *bhikkhu* itu lagi, kita tidak usah memberi makanan kepada mereka lagi. Dengan demikian mereka juga akan pergi atau memperbaiki diri.” Sudah pasti, para *bhikkhu* Kosambī memutuskan untuk menemui Buddha dan menyelesaikan pertengkaran mereka. 'Bhikkhu Ahli Sutta' yang telah dihukum, memikirkan apa yang telah terjadi: “Saya memang telah melanggar aturan, dan saya sepantasnya dihukum,” dia menceritakan hal ini kepada teman-temannya. Mereka semua bersama-sama mengunjungi Buddha, dan karena dia mengakui kesalahannya, Buddha mengatakan bahwa hukumannya telah berakhir dan dia dipulihkan untuk kembali ke *Saṅgha*. Pertengkaran pun berakhir.

PERTANYAAN:

1. Apa yang Buddha lakukan saat para *bhikkhu* tidak mau berhenti bertengkar?
2. Buddha mengajarkan bahwa kebencian tidak akan hilang jika ... ?
3. Bagaimana cara kita menghilangkan kebencian?
4. Jika kita tidak mendapatkan sahabat yang bijaksana dan mulia, apa yang Buddha katakan untuk harus kita lakukan?
5. Bagaimana cara Yang Mulia Anuruddha dan kedua *bhikkhu* lainnya hidup bersama begitu damai?
6. Binatang apa yang dilihat oleh Buddha saat Beliau sendirian di hutan?
7. Apa yang terjadi di Kosambī saat Buddha pergi dari situ?

BUDDHA BERKATA:

*“No ce labhetha nipakaṃ saḥāyaṃ, saddhiṃ caraṃ sādhuviḥāridhīraṃ,
rājāva raṭṭhaṃ vijitaṃ pahāya, eko care mātaṅgarañña nāgo.”*

“Jika engkau tidak mendapatkan seorang sahabat yang bijaksana yang dapat menuntunmu ke kehidupan yang mulia, maka, jalanlah ke jalanmu sendiri, seperti seorang raja yang meninggalkan kerajaan yang ditaklukkannya, atau seperti seekor gajah yang mengembara sendiri di hutan.” -*Dhammapada* 329 (23:10)

❖ DISKUSI TENTANG MENGHINDARI PERSAHABATAN YANG TIDAK BAIK:

Apakah kamu mempunyai sahabat-sahabat yang bijaksana yang dapat menuntunmu ke kehidupan yang mulia? Apa artinya? Seorang sahabat yang tidak mencelakakan orang lain, tidak mencuri, tidak berbohong, atau tidak berperilaku tidak baik, orang yang jujur, dapat dipercaya,

berdisiplin, penuh toleransi, bercinta kasih, dan dapat dihormati. Apakah teman-temanmu seperti Yang Mulia Anuruddha dan teman-temannya? Apakah kamu dapat segera melakukan sesuatu dengan sukarela sesuai apa yang diinginkan orang lain? Adakah dari kalian melakukan sesuatu yang harus dikerjakan dan kemudian saling membantu? Apakah kamu berperilaku dan berbicara ramah satu sama lain? Seperti saat di sekolah atau kepada tetangga, ada beberapa anak yang berbudi luhur yang dapat menjadi teman kita.

Terkadang kita melihat anak-anak di sekitar kita tidak berperilaku demikian. Mungkin mereka suka bertengkar dan berkelahi, seperti para *bhikkhu* di Kosambī. Mungkin juga mereka berperilaku tidak baik. Apa yang harus kita lakukan? Buddha mengajarkan kepada kita “jalanlah ke jalanmu sendiri,” seperti seekor gajah yang menyendiri, atau seorang raja yang meninggalkan kerajaannya. Mengapa Beliau mengumpamakan seperti seekor **gajah** atau seorang **raja**? Karena kita sangat menghormati raja dan gajah. Jika kamu meninggalkan dan menjauhi anak-anak yang nakal, maka kamu juga akan terpuji. Daripada memikirkan kamu menjadi tidak terkenal/populer dan tidak berharga di hadapan teman-temanmu, sebaliknya sebaiknya berpikir kamu telah melakukan hal-hal terbaik untuk dirimu sendiri, orang-orang baik akan menghargai dan menghormatimu. Kamu akan segera mendapatkan teman-teman yang berbudi mulia, terutama orang-orang yang belajar *Dhamma*, sama seperti kamu.

Bagaimana jika kita sedang bersama anak-anak yang berkelakuan tidak baik, tetapi mengasyikkan bergaul dengan mereka, apakah kita hanya berharap mereka akan menjadi lebih baik? Seperti yang kita pelajari dalam pelajaran terdahulu, perilaku buruk orang lain dapat mempengaruhi kita walau kita yakin dapat memberikan contoh yang baik, atau kita yakin tidak akan ikut terjebak dalam perilaku buruk. Perbuatan buruk dari seseorang sangat mudah menular ke orang-orang yang bergaul dengannya, membawa mereka ke perbuatan tidak benar, pembicaraan tidak baik atau pikiran jahat. Bila sulit untuk meninggalkan anak-anak itu, kita dapat bayangkan betapa sulitnya Pangeran Siddhattha meninggalkan istri dan bayinya, setelah menjadi Buddha Beliau tinggal menyendiri dalam hutan saat *bhikkhu* lain berbuat tidak baik.

Terkadang seorang teman yang awalnya baik mulai berperilaku tidak baik. Haruskah kita biarkan saja dan berharap dia akan berhenti berkelakuan buruk? Haruskah kita mengatakan sesuatu kepadanya? Tergantung kepada keadaan. Jika kelakuan tidak baiknya sudah parah, kita harus menjauhinya. Jika tidak terlalu parah kita dapat dengan lembut mengingatkannya bahwa kita tidak sependapat, bukan sebaliknya dengan sombong menunjukkan kelakuan orang tersebut. Contohnya, kita dapat berkata, “Menurut saya, kamu seharusnya tidak berbohong.” Jika dia tidak sepaham dengan kita, itu berarti dia cenderung berperilaku jelek, ini satu tanda bagi kita untuk menjauhinya. Jika kamu menjauhi seorang teman, mereka bisa merasakannya, seperti para *bhikkhu* di Kosambī mendapatkan satu pesan untuk berhenti berperilaku tidak baik saat para penduduk desa menjauhi

mereka dan tidak mau melayani mereka. Mereka mungkin menghentikan perbuatan buruknya atau mungkin juga mereka akan mencari teman lain.

BUATLAH GAJAH DARI TANAH LIAT!

Buatlah bentuk seekor gajah dari tanah liat. Gunakan tusuk gigi atau batang es *loly pop* untuk membentuknya, dan pasang matanya dengan manik-manik kecil. Untuk telinganya, buatlah dua bola kecil dari tanah liat, lalu diratakan dan ditempelkan ke kepala dengan menggunakan batang es *loly pop* (atau tusuk gigi). Buat gulungan panjang dari tanah liat seperti bentuk tali, dan rekatkan ke tubuh sebagai belalai, ekor dan gading.

Āṅgulimāla Yakin
Buddha Bisa Membantunya



Bab 23

Aṅgulimāla

Ada seorang anak laki-laki bernama Ahimsaka yang berarti “orang yang tidak menyakiti,” tinggal di kerajaan Kosala, kemudian tumbuh dewasa menjadi seorang perampok dan pembunuh. Dia penuh dengan kekerasan dan tidak peduli dengan makhluk hidup. Saat dia membunuh seseorang, dia memotong sebuah jari tangannya dan mengalungkannya di leher, kalungnya penuh dengan jari-jari tangan, karena itu ia dijuluki 'Aṅgulimāla', yang artinya si kalung jari tangan. Orang-orang dari desa dan kota di daerah tersebut akan ketakutan bila mendengar namanya. Mereka akan bepergian hanya dalam kelompok besar untuk menghindari pembunuhan dan menghindari jalan tertentu tempat persembunyian Aṅgulimāla.

Suatu pagi Buddha pergi ke kota Sāvatti untuk menerima derma makanan, setelah makan, Beliau melanjutkan perjalanan ke tempat di mana Aṅgulimāla sering membunuh orang. Setiap orang yang melihat Buddha berjalan ke jalan tersebut, memberitahu Beliau untuk tidak berjalan ke arah sana karena si pembunuh Aṅgulimāla ada di sana, bahkan ada satu kelompok dengan 40 orang dibunuh di jalan tersebut. Buddha hanya diam dan tetap berjalan ke sana.

Aṅgulimāla melihat Buddha berjalan ke arahnya, dia terkejut melihat ada *Bhikkhu* yang berjalan sendiri. Dia berpikir, “Akan saya bunuh juga *Bhikkhu* ini.” Dengan pedang, busur dan anak panah, dia mulai mengejar Buddha. Aṅgulimāla berlari dengan kencang, tetapi dia tidak dapat mengejar Buddha. Buddha hanya berjalan perlahan-lahan. Aṅgulimāla berpikir, “Saya bisa mengejar dan menangkap gajah, kuda, atau kijang, namun tidak dapat mengejar *Bhikkhu* yang hanya berjalan!” Hal ini karena kekuatan Buddha.

Akhirnya, setelah berlari dengan sekuat tenaga, terengah-engah, berkeringat, dan kehabisan nafas, sedangkan Buddha hanya berjalan, Aṅgulimāla berteriak, “*Berhenti, Bhikkhu! Berhenti!*” Lalu Buddha berkata, “*Saya sudah berhenti, Aṅgulimāla. Seharusnya kamu yang berhenti.*” Aṅgulimāla bingung, dia tidak mengerti apa maksud dari Buddha. Aṅgulimāla bertanya, “*Saat Kamu sedang*

berjalan, Kamu berkata Kamu sudah berhenti, tetapi saat aku berhenti, Kamu bilang aku harus berhenti. Bhikkhu, apa artinya? Apa yang dimaksud Kamu telah berhenti dan saya belum?” Buddha menjawab, *“Saya telah berhenti selamanya dari melakukan kekerasan terhadap makhluk hidup. Akan tetapi kamu tidak memiliki pengendalian diri terhadap apa pun. Karena itu kamu belum berhenti.”*

Āṅgulimāla tiba-tiba berubah pikiran. Dia berkata, *“Akhirnya, ada seorang bijaksana yang dapat saya hormati, Beliau telah hadir di sini. Saya pasti bisa menghentikan semua perbuatan jahat, dan mempelajari Dhamma dari Beliau.”* Āṅgulimāla membuang semua senjatanya dan bersujud penuh hormat kepada Buddha, meminta Buddha menahbiskan dia sebagai seorang *bhikkhu*.

Buddha hanya berkata, *“Kemarilah bhikkhu (Ehi Bhikkhu).”* Begitulah caranya Āṅgulimāla ditahbiskan. Āṅgulimāla menjadi *bhikkhu* pendamping Buddha. Orang-orang di kota dan desa tidak tahu kejadian ini. Para penduduk mendatangi Raja Pasenadi memintanya untuk membunuh Āṅgulimāla yang sangat menakutkan. Raja Pasenadi bersama 500 orang pasukannya pergi untuk menghancurkan Āṅgulimāla. Di perjalanan mereka melihat Buddha, yang kemudian bertanya apa yang telah terjadi. Raja memberi tahu Buddha tentang si pembunuh Āṅgulimāla yang berkalung jari tangan dan rencana raja untuk membunuhnya. Buddha berkata, *“Raja, jika kamu mengetahui bahwa Āṅgulimāla telah mencukur rambut, memakai jubah bhikkhu, telah ditahbiskan, dan mengikuti semua aturan bhikkhu, menjalani kehidupan suci, apakah kamu masih akan membunuhnya?”* Raja berkata, *“Saya akan menghormati dia dan memperlakukan dia dengan benar layaknya seorang bhikkhu, tetapi dia itu iblis, bagaimana dia bisa berperilaku mulia dan mengendalikan diri?”* Buddha memperlihatkan Āṅgulimāla dan berkata, *“Inilah Āṅgulimāla.”*

Raja sangat terkejut. Buddha berkata, *“Jangan takut, tidak ada yang perlu ditakuti.”* Raja berkata, *“Izinkanlah saya yang memenuhi segala keperluan bhikkhu yang mulia ini.”* Yang Mulia Āṅgulimāla berkata dia tidak perlu apa pun. Raja Pasenadi berkata, *“Sungguh menakjubkan Guru Agung Buddha dapat menenangkan orang yang tidak dapat ditenangkan, tanpa senjata apa pun, atau hukuman apa pun”.*

Suatu pagi Yang Mulia Āṅgulimāla pergi untuk menerima derma makanan, beliau melihat seorang perempuan yang sangat tertekan batinnya dan calon bayinya yang cacat*. Dia berpikir, *“Sungguh mengerikan manusia harus menderita,”* lalu menceritakan apa yang beliau lihat kepada Buddha. Buddha meminta Yang Mulia Āṅgulimāla kembali ke wanita itu dan katakan kepadanya, *“Sejak saya dilahirkan, saya tidak pernah dengan sengaja membunuh makhluk hidup mana pun. Dengan kebenaran ini, semoga engkau dan anakmu mendapat kebahagiaan.”* Yang Mulia Āṅgulimāla berkata, *“Bhante, apakah saya berbohong? Saya sendiri telah sengaja membunuh banyak makhluk*

*Cerita ini menjelaskan penderitaan seorang ibu yang mau melahirkan anak yang terbalik posisinya di dalam rahim, ibu berhasil melahirkan anak dengan baik setelah Yang Mulia Āṅgulimāla mengatakan kepada sang ibu apa yang diajarkan oleh Buddha.

hidup.” Buddha berkata, “*Katakan kepadanya, sejak kamu dilahirkan sebagai seorang ariya, kamu tidak pernah dengan sengaja membunuh makhluk hidup.*” Yang Mulia Āṅgulimāla mendatangi wanita tersebut dan berkata, “*Saudari, sejak saya dilahirkan sebagai seorang ariya, saya tidak pernah dengan sengaja membunuh makhluk hidup apa pun. Dengan kebenaran ini, semoga engkau dan anakmu mendapatkan kebahagiaan.*” Sejak saat itu wanita tersebut dapat melahirkan bayinya dengan selamat dan berbahagia. Yang Mulia Āṅgulimāla duduk sendirian, bermeditasi, mengontrol batinnya secara menyeluruh dan memahami Kebenaran. Yang Mulia Āṅgulimāla tahu bahwa dia tidak akan terlahir kembali dan dia telah mencapai *Arahat*.

Suatu hari, Yang Mulia Āṅgulimāla pergi untuk menerima derma makanan, orang-orang di desa melempar batu dan kayu kepadanya, hingga kepalanya berdarah, mangkuknya pecah, dan jubahnya sobek. Saat Yang Mulia Āṅgulimāla kembali, Buddha berkata, “*Kamu harus menerima penderitaan ini. Kamu sedang menerima akibat dari perbuatanmu sebelumnya. Jika tidak, kamu bisa saja mengalami penderitaan selama waktu yang sangat lama di neraka.*”

Pada saat Yang Mulia Āṅgulimāla sedang menyendiri, dia berpikir, “Seseorang yang semasa hidupnya lengah, tetapi tidak lagi lengah, dia telah meninggalkan semua perbuatan jahat dengan melakukan kebajikan, seorang *bhikkhu* yang memiliki keyakinan terhadap *Dhamma*, maka ia akan menerangi dunia ini bagaikan bulan yang terbebas dari awan. Biar semua musuhku mendengarkan *Dhamma*, biar mereka menghormati para bijaksana yang menghormati *Dhamma*, maka mereka akan memperoleh kedamaian. Biar semua musuhku merasakan kesabaran dan kebaikan. Maka mereka tidak akan melukaiku, bahkan tidak akan menyakiti makhluk lain, melainkan menjaga dan melindungi. Mereka akan memperoleh kedamaian. Saya pernah berbuat jahat di masa lampau, tetapi telah bersih saat ini. Saya benar-benar menjadi *Ahiṃsaka*, saya tidak lagi menyakiti siapa pun. Walaupun saya pernah menjadi Āṅgulimāla si pembunuh, saya telah berlindung kepada Buddha. Banyak hal telah saya lakukan yang dapat menuntun ke kelahiran yang menyedihkan, tetapi sekarang saya tidak akan terlahir kembali. Janganlah lengah dan melakukan sesuatu berdasarkan hawa nafsu, itu adalah kebodohan. Hendaklah tekun dalam bermeditasi untuk mencapai kebahagiaan tertinggi.”

PERTANYAAN :

1. Mengapa Buddha tidak takut kepada Āṅgulimāla?
2. Mengapa Āṅgulimāla tidak dapat mengejar dan membunuh Buddha?
3. Apa yang Buddha maksud dengan mengatakan Beliau telah berhenti dan malah menyuruh Āṅgulimāla untuk berhenti, padahal pada saat itu Buddha masih berjalan dan Āṅgulimāla telah berhenti mengejar?
4. Mengapa Āṅgulimāla membuang semua senjatanya dan bertobat?

5. Apa yang terjadi saat Raja Pasenadi melihat Āṅgulimāla telah menjadi seorang *bhikkhu*?
6. Apa yang Buddha katakan kepada Yang Mulia Āṅgulimāla untuk disampaikan kepada seorang wanita?
7. Mengapa para penduduk desa melempar batu dan kayu ke Yang Mulia Āṅgulimāla?
8. Bagaimana cara Buddha menyampaikan penderitaan yang diterima oleh Yang Mulia Āṅgulimāla?
9. Bagaimana Yang Mulia Āṅgulimāla memperlakukan para musuhnya?

BUDDHA BERKATA:

“Yassa pāpaṃ kataṃ kammaṃ, kusalena pidhīyati, somaṃ lokaṃ pabhāseti, abbhā muttova candimā.”

“Orang yang dengan kebajikannya menutupi perbuatan jahat yang telah dilakukan pada masa lampau, menyinari dunia ini bagaikan bulan yang bebas dari awan.” -*Dhammapada* 173 (13:7)

❖ DISKUSI TENTANG KEPERCAYAAN DIRI

Menurut kamu apa yang membuat Yang Mulia Āṅgulimāla berubah dari seorang perampok dan pembunuh menjadi seorang *bhikkhu*? Yang Mulia Āṅgulimāla memiliki keyakinan kepada Buddha, beliau melihat kebijaksanaan Buddha tentang tidak merugikan makhluk hidup jauh lebih besar dan lebih kuat daripada kekuatan fisik dan kekuatan jahat. Yang Mulia Āṅgulimāla menyadari bahwa dia berada di luar kendali, lengah, dan tidak memiliki pengendalian diri. Buddha tidak takut, Beliau tidak membenci Āṅgulimāla, dan Buddha mempunyai kebijaksanaan yang besar, dan dapat mengontrol diri. Yang Mulia Āṅgulimāla mengagumi ini semua dan yakin bahwa Buddha dapat membantunya.

Mengapa Buddha menasihati Yang Mulia Āṅgulimāla dengan memberitahu wanita yang sedang menderita bahwa dia tidak pernah membunuh makhluk hidup mana pun sejak dia dilahirkan sebagai seorang *ariya* (sejak menjadi *bhikkhu*) dan dengan kebenaran pernyataan tersebut, semoga dia mendapatkan kebahagiaan? Mungkin Yang Mulia Āṅgulimāla merasa khawatir dan bersalah akan kehidupan masa lampaunya yang jahat dan karena itu beliau tidak berani mengatakan kata-kata tersebut. Beliau harus mengakui bahwa sejak **dilahirkan**, dia telah banyak membunuh. Akan tetapi sejak **kelahiran mulia** yang baru, kelahiran dari seorang awam menjadi seorang *bhikkhu* dia tidak pernah lagi membunuh. Sejak saat itu dia hanya melakukan kebajikan. Dengan mengatakan kata-kata itu, Yang Mulia Āṅgulimāla akan menyadari telah menjadi orang yang baru, seorang yang baik, bukan orang yang hidup di masa lalu. Tanpa khawatir apa pun, dengan keyakinan penuh, Yang Mulia Āṅgulimāla dapat memberkati wanita tersebut dan memberikan kedamaian kepadanya.

Yang Mulia Āṅgulimāla menyadari bahwa *kamma* masa lalu tidak akan hilang begitu saja walau orang tersebut telah menjadi baik. Yang Mulia Āṅgulimāla juga harus menderita atas perbuatannya. Yang Mulia Āṅgulimāla harus menderita rasa sakit dan dipermalukan oleh orang-orang yang melemparinya dengan rasa benci. Jika Yang Mulia Āṅgulimāla tidak berbuat baik (*puññakamma*) dan menjadi orang yang suci, dia akan masuk ke neraka atas perbuatan jahatnya dalam waktu yang lama. Yang Mulia Āṅgulimāla telah benar-benar suci, tetapi beliau tetap harus menderita akibat dari *kamma* masa lampau.

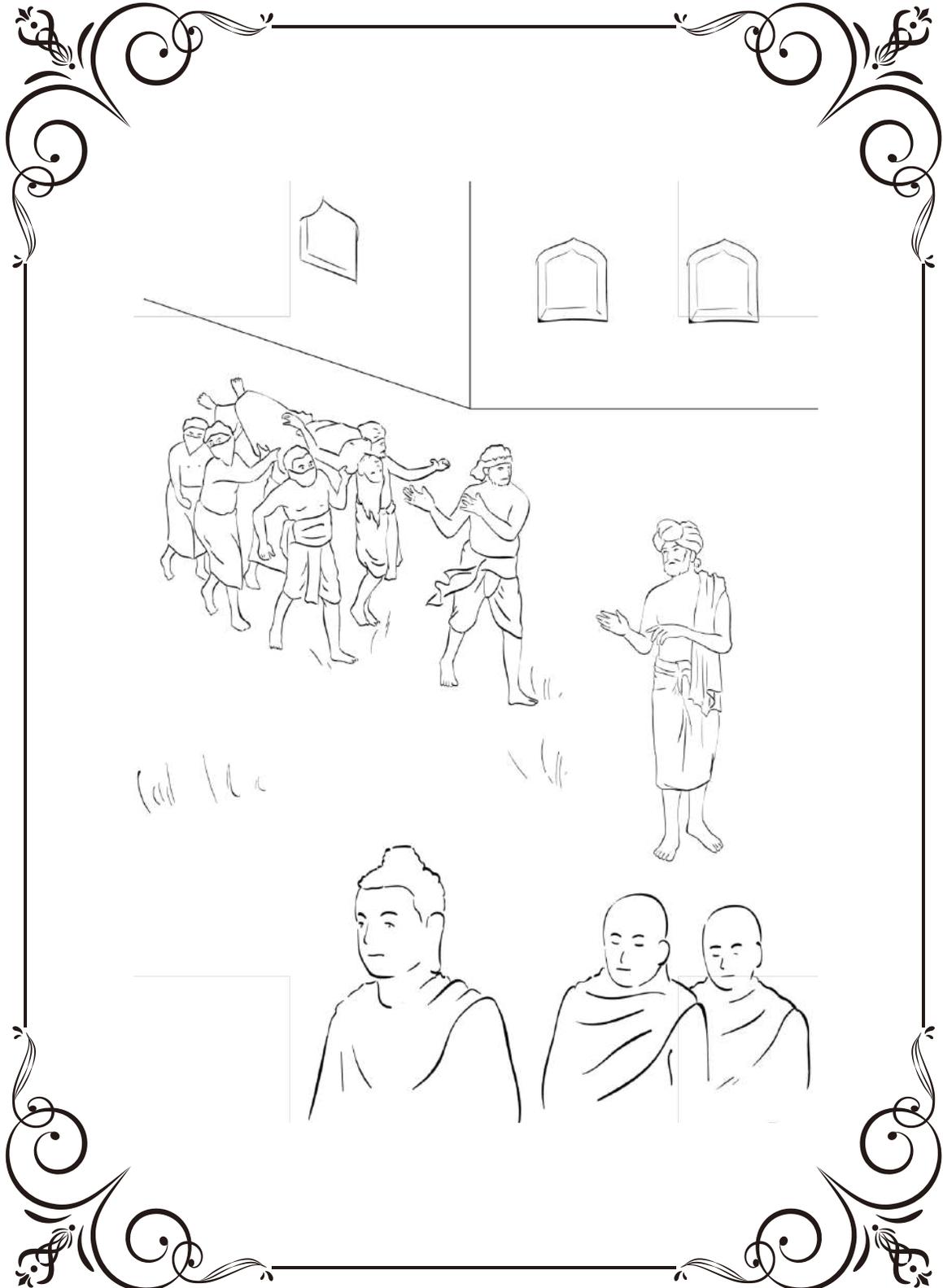
Jadi, apalagi yang didapat oleh Yang Mulia Āṅgulimāla saat beliau bertemu Buddha, dan saat beliau memberkati wanita tersebut? Yang Mulia Āṅgulimāla memperoleh keyakinan, keyakinan bahwa ajaran Buddha dapat membantu dia dan keyakinan bahwa dia memperoleh satu kehidupan baru sebagai orang baik yang mengikuti *Dhamma*. Yang Mulia Āṅgulimāla mempunyai keyakinan besar terhadap *Dhamma*. Dari cerita ini kita dapat melihat, walaupun kita pernah berperilaku buruk, kita masih dapat mempunyai keyakinan untuk mengikuti *Dhamma* yang membuat kita benar-benar baik, damai, dan bahagia. Kita tidak boleh merasa putus asa terhadap diri kita sendiri, kita tidak boleh merasa kita tidak akan pernah bisa menjalani kehidupan suci, jika Yang Mulia Āṅgulimāla dapat melakukannya, kita juga dapat melakukannya.

Oleh karena itu kita harus rajin, berusaha terus, menghindari segala kejahatan, melakukan kebajikan, dan sucikan pikiran kita, seperti yang telah diajarkan Buddha. Bagaimana kita menghindari semua kejahatan? Kita **sadari** saat kita berbuat kesalahan, marah-marah, dan berpikiran jahat, lalu kita hentikan. Kita jauhi diri dari pengaruh-pengaruh tidak baik, orang-orang yang berperilaku tidak baik, acara TV yang bersifat kekerasan, dan tempat-tempat di mana orang suka berbuat buruk. Bagaimana kita melakukan kebaikan dan membersihkan pikiran? Kita mempunyai teman-teman yang berbudi luhur, melakukan kegiatan yang baik, membaca buku-buku yang bermanfaat, belajar, dan mempraktikkan *Dhamma*. Jika kita melakukan perbuatan baik ini, kita dapat mempunyai keyakinan, seperti Yang Mulia Āṅgulimāla, sehingga kita dapat berbahagia dan damai tenteram dengan masa depan yang baik “cemerlang,” bagaikan bulan yang terbebas dari awan.

Gambarlah Yang Mulia Āṅgulimāla sebelum dan sesudah bertemu Buddha!

Tulis kutipan apa yang dikatakan oleh Buddha dalam bab ini. Pada setengah halaman kertas, gambarlah Yang Mulia Āṅgulimāla sebelum bertemu Buddha dan pada setengah halaman berikutnya gambarlah Yang Mulia Āṅgulimāla setelah bertemu Buddha.

Kesabaran Para *Bhikkhu*



Bab 24

Sundarī

Buddha dan para *bhikkhu* tinggal di Wihara Jetavana di Sāvatti, di mana orang-orang sangat menghormati mereka dan menyediakan semua keperluan mereka, seperti makanan, jubah, tempat tinggal, dan obat-obatan. Ada beberapa pertapa pengelana yang tidak terlalu diperhatikan oleh orang-orang. Pertapa yang tidak diperhatikan tersebut merasa iri atas perhatian yang lebih banyak diberikan kepada Buddha dan *Saṅgha*. Di antara pertapa pengelana ada seorang pertapa perempuan yang bernama Sundarī, yang cantik dan muda. Pertapa lainnya berkata kepadanya, “*Saudari, maukah kamu melakukan sesuatu untuk kami, kerabatmu?*” Dia menjawab, “*Apa yang dapat saya perbuat untuk kalian? Saya akan melakukan apa pun untuk kerabat saya, bahkan nyawa saya sekalipun.*” Mereka berkata, “*Sering-seringlah berkunjung ke Wihara Jetavana.*” Sundarī setuju. Dia tahu apa yang diinginkan oleh para pertapa, berbuat seakan-akan dia mengunjungi Buddha secara rahasia dan sendirian. Dengan demikian akan merusak nama baik Buddha dan orang-orang Sāvatti akan berhenti melayani Buddha dan para *bhikkhu*, dan memerhatikan para pertapa tersebut.

Sundarī berpakaian dengan cantik dan pergi ke Wihara Jetavana pada sore hari saat pengunjung meninggalkan wihara untuk kembali ke rumah masing-masing. Mereka berpikir tidak biasa seorang perempuan pergi ke wihara sendirian pada saat acara telah selesai. Setelah dia melewati para pengunjung, dia kembali ke tempat para pertapa. Saat pagi hari, saat orang-orang mulai datang mengunjungi Buddha, dia terlihat berjalan keluar dari Wihara Jetavana, sehingga kelihatan seakan-akan dia telah bermalam bersama Buddha.

Setelah beberapa hari dan banyak orang yang melihat Sundarī masuk ke Wihara Jetavana pada sore hari dan keluar di pagi hari, para pertapa pengelana itu membunuh Sundarī dan menguburnya di sebuah lubang di selokan dekat Wihara Jetavana. Para pertapa mendatangi Raja Pasenadi dan

melaporkan bahwa mereka tidak dapat menemukan Sundarī. Saat raja bertanya, Sundarī biasa ke mana, para pertapa pengelana berkata mungkin Sundarī ke Wihara Jetavana. Raja memerintahkan mereka untuk mencarinya di sana.

Para pertapa pergi ke wihara dan mencari di sekitarnya, lalu mereka mengeluarkan mayatnya dari lubang. Mereka mengusung mayat Sundarī di tandu dengan berkeliling kota Sāvatti, sambil berteriak, *“Lihatlah apa yang dilakukan oleh para pengikut Gotama! Putra-putra Sākya pembohong kejam yang tidak tahu malu melakukan perbuatan-perbuatan jahat. Mereka berbicara mempraktikkan Dhamma, berbicara kebenaran, dan berbudi luhur, tetapi mereka bukan bhikkhu, mereka tidak menjalankan kehidupan keagamaan, mereka bukan orang-orang suci. Mengapa mereka melakukan ini terhadap Sundarī lalu membunuhnya?”*

Orang-orang Sāvatti merasa sangat muak dan marah. Saat mereka melihat para *bhikkhu* murid Buddha, mereka mengulangi apa yang telah dikatakan oleh para pertapa, meneriakan kata-kata yang menghina dan tuduhan-tuduhan jahat kepada para *bhikkhu*, memanggil mereka dengan nama-nama yang kurang baik. Para *bhikkhu* merasa malu dan sedih, dan melaporkan kepada Buddha apa yang sedang terjadi.

Buddha berkata, *“Keributan ini tidak akan berlangsung lama. Hanya tujuh hari. Saat orang-orang menghinamu, katakanlah, 'Pembohong akan masuk ke alam neraka, begitu juga orang yang telah berbuat kesalahan, tetapi mengatakan 'Saya tidak melakukannya'.' Orang-orang yang melakukan perbuatan jahat tersebut akan mempunyai nasib yang sama di kehidupan selanjutnya.”* Saat para *bhikkhu* keluar, para penduduk desa menghina mereka dan para *bhikkhu* dengan tenang menyampaikan apa yang Buddha ajarkan kepada mereka dan berkata, *“Pembohong akan masuk ke alam neraka, begitu juga orang yang telah berbuat kesalahan, tetapi mengatakan 'Saya tidak melakukannya'.' Orang-orang yang melakukan perbuatan jahat tersebut akan mempunyai nasib yang sama di kehidupan selanjutnya.”* Ketika para penduduk mendengar ini, mereka berpikir, *“Para bhikkhu ini, putra-putra suku Sākya, harusnya tidak melakukan perbuatan yang mengerikan itu.”* Tepat sekali, setelah tujuh hari, penghinaan dan keributan tersebut berakhir. Beberapa orang *bhikkhu* mengunjungi Buddha dan bersabda, *“Saat kata-kata kasar diteriakan, bersabarlah terhadap mereka dengan batin yang tak tergoyahkan.”*

Akhirnya raja dan penduduk Sāvatti mengetahui bahwa para pertapa pengelana telah menyewa seseorang untuk membunuh Sundarī dan meletakkan mayatnya di Wihara Jetavana. Para pertapa dihukum oleh raja, Buddha dan *Saṅgha* pun dihormati dan dilayani kembali dengan baik.

PERTANYAAN:

1. Mengapa para pertapa pengelana merasa iri kepada Buddha dan para *bhikkhu*?
2. Mengapa para pertapa pengelana meminta Sundarī pergi ke Wihara Jetavana?
3. Menurutmu mengapa mereka membunuh Sundarī?
4. Apakah rencana mereka berhasil?
5. Apa yang Buddha ajarkan kepada para *bhikkhu* saat orang-orang mengatakan kata-kata yang kasar kepada mereka?
6. Berapa lama menurut Buddha masalah akan berakhir?
7. Nasihat apa yang Buddha ajarkan bila ada orang yang berkata kasar kepadamu?

BUDDHA BERKATA:

*“Abhūtavādī nirayaṃ upeti, yo vāpi katvā na karomi cāha;
Ubhopi te pecca samā bhavanti, nihīnakammā manujā parattha.”*

“Pembongkaran akan masuk ke alam neraka, begitu juga orang yang telah berbuat kesalahan, tetapi mengatakan 'Saya tidak melakukannya'. Orang-orang yang melakukan perbuatan jahat tersebut akan mempunyai nasib yang sama di kehidupan selanjutnya.” -*Dhammapada* 306 (22:1)

❖ DISKUSI TENTANG KESABARAN:

Saat orang berkata yang tidak baik, tidak berperasaan, atau kata-kata kejam kepada kita, rasanya sungguh menyakitkan. Bagaimana rasanya kalau seseorang menghina kamu atau mempermalukan kamu di depan teman-temanmu, seperti yang dilakukan para pertapa dan orang-orang Sāvatti terhadap para *bhikkhu*? Para pertapa mempermalukan Buddha dan para *bhikkhu* di seluruh kota Sāvatti, termasuk di depan teman dan pengikut Buddha. Bagaimana seorang umat awam menanggapi bila dipermalukan seperti itu, atau keluarga, atau temannya dipermalukan seperti itu? Dia bisa saja merasa sangat marah dan ingin segera melukai orang-orang yang berbuat demikian, menghukum mereka, dan membuat mereka merasa tidak enak atas perbuatan jahat mereka. Pikirannya akan menjadi sangat terganggu dan terobsesi untuk balas dendam dan rencana-rencana bagaimana melakukannya.

Terkadang sangat sulit melakukan apa yang Buddha ajarkan saat orang-orang berucap kata-kata yang sangat kasar, “bersabarlah terhadap mereka dengan batin yang tak tergoyahkan.” Pelajaran apa yang kita dapat dari pelajaran terdahulu bila seseorang berdebat, menghina, atau menjeri kita? Kita tidak perlu berdebat, tidak perlu marah-marah, atau mengatakan kata-kata kasar. Kita tahu kata-kata yang menghina menyebabkan kemarahan, kebencian, dan keinginan jahat, yang dapat

mengakibatkan penderitaan berkepanjangan dan mungkin juga kekerasan. Jika kita marah-marah atau mengucapkan kata-kata yang menghina, lalu apa yang terjadi? Orang lain akan membalas dengan kata-kata yang menghina atau melakukan sesuatu yang menyakitkan kita, dan melakukan sesuatu yang membuat kita menyesal nantinya.

Bagaimana jika seseorang melakukan sesuatu yang sangat tidak adil atau sesuatu yang kasar kepada kamu, atau mengatakan sesuatu yang tidak baik tentang dirimu kepada orang lain, bagaimana perasaanmu? Kita mungkin merasa marah, benci, atau dendam. Kita ingin menghentikan orang itu untuk tidak lagi melakukan hal tersebut. Kita ingin membuktikan kepada orang tersebut bahwa dia salah dan tidak baik atau ingin menghukumnya. Pikiran kita menjadi terganggu dan terfokus pada bagaimana kita akan “memberikan pelajaran kepadanya”, dan “membalas apa yang telah dia perbuat”. Ini semua adalah pikiran untuk balas dendam. Dengan pikiran-pikiran tersebut, kita mungkin akan melakukan sesuatu yang akan membuat kita menyesal.

Bagaimana caranya agar dapat kita hindari? Bagaimana kita bisa mengendalikan batin kita saat kita sedih dan marah? Sebaiknya tidak berbicara dengan orang yang membuat kita marah, karena akan menjadi suatu perdebatan atau pertengkaran. Kita tidak terlalu tenang dan dapat mengendalikan diri seperti para *bhikkhu*, jadi kita tidak akan mengatakan kepada orang lain bahwa pembohong akan masuk ke alam neraka, mereka mungkin merasa terhina dan menyerang kita. Sebaliknya, cari sesuatu yang dapat kita **lakukan** dan sesuatu yang dapat kita **pikirkan**, untuk mengendalikan batin, ucapan, dan perbuatan kita.

Di sini ada beberapa hal yang dapat kita lakukan: (1) segera menghindar dari orang tersebut untuk menunjukkan kepada orang tersebut bahwa kita tidak peduli dan mencegah kita untuk mengucapkan atau melakukan balas dendam; (2) minum segelas air putih atau jus untuk menurunkan emosi; (3) sibukkan diri dengan mengerjakan sesuatu; (4) dengarkan musik yang dapat membuat kita bahagia; (5) buat catatan di buku harian; (6) bacalah buku yang bagus; atau (7) jalan-jalan ke luar ruangan. Adakah lagi cara lain yang dapat membantu batinmu menjadi tenang?

Walau kita telah melakukan hal-hal di atas, kita juga harus membuang pikiran untuk balas dendam dan pikiran jahat. Caranya? Kita dapat mengingatkan diri untuk tidak membiarkan kita terjerumus oleh kejahatan orang lain yang membuat kita marah dan berkeinginan jahat. Ingatlah bahwa kita orang baik yang tidak dapat dipengaruhi oleh orang tersebut. Ingatlah bahwa ketenangan kita adalah senjata paling ampuh untuk melawannya. Dia melakukan perbuatan jahat, menurut Hukum *Kamma* apa yang akan terjadi? Cepat atau lambat dia akan mendapatkan apa yang seharusnya pantas dia dapatkan atau hasil yang tidak baik dari perbuatannya. Jika dia mengatakan sesuatu yang tidak baik tentang kita, melakukan kejahatan, atau tidak adil terhadap kita, itu semua bukan ucapan dan perbuatan **kita**, itu adalah ucapan dan perbuatan **dia**, biarlah dia yang menyimpannya sendiri! Jangan pikirkan semua itu! Itu adalah masalah dan kelemahan dia.

Seperti yang dikatakan oleh Buddha, seorang pembohong dan orang yang melakukan perbuatan jahat akan masuk ke alam neraka. **Kita** tidak perlu menghukum orang tersebut, karena *kamma* yang akan menghukumnya. Jika kita mencoba untuk menghukum, lalu apa yang terjadi pada kita? **Kita** sendiri yang akan menderita akibat perbuatan balas dendam. Kita tidak boleh **menginginkan** orang itu menderita, itu adalah keinginan jahat. Sebaliknya, kita harus mempunyai cinta kasih kepada orang tersebut atas penderitaan yang akan dia alami karena perbuatan ingin melukai orang lain. Kita tidak boleh membicarakan hal buruk tentang orang tersebut kepada orang lain.

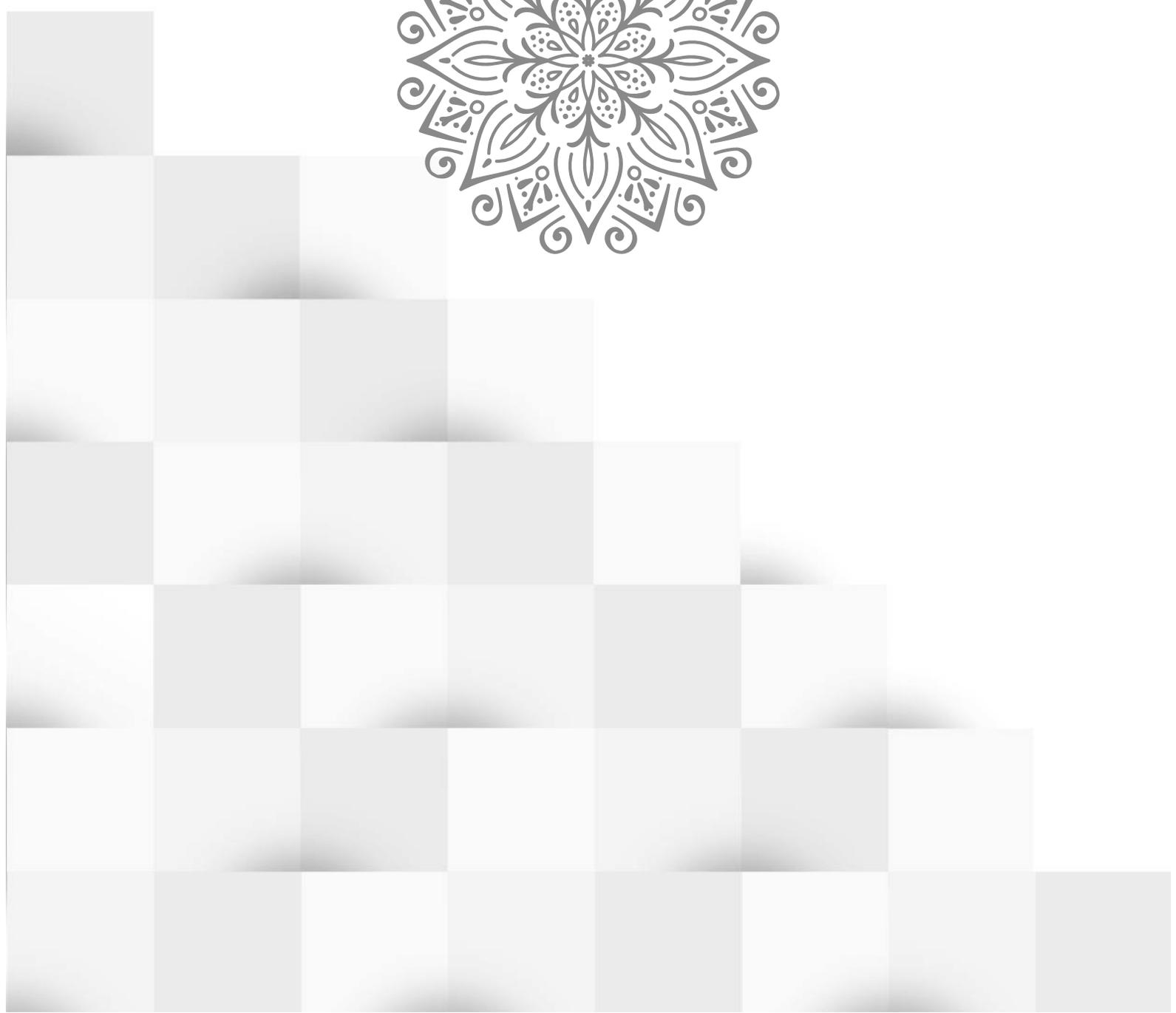
Bila kita mengendalikan diri dengan menahan diri untuk tidak menghukum orang tersebut, menahan diri dari menghina atau mengucapkan kata-kata kasar, ini yang disebut sedang melatih **kesabaran (*khanti*)**, yang akan membuat kita menjadi lebih kuat. Benarkah dengan menghindari bertengkar atau berdebat dengan orang-orang yang melakukan perbuatan buruk kepada kita, kita akan lebih kuat? Siapa yang lebih kuat, Āṅgulimāla atau Buddha? Āṅgulimāla bertubuh kekar namun Buddha lebih kuat karena Beliau mempunyai kekuatan besar untuk mengendalikan diri. Āṅgulimāla menyerah kepada Buddha. Saat kita mengendalikan emosi kita, ucapan, atau pikiran kita, jauh lebih kuat daripada kita harus berteriak-teriak dan bertengkar. Jika orang berbuat jahat kepada kita dan kita dapat mengendalikan diri dan tidak membalas dendam, jangan berteriak, jangan berdebat, atau membalas. Orang tersebut sebenarnya membuat kita lebih kuat, lebih sabar (***khanti***), dan mempunyai karakter yang lebih baik.

Pilihan ganda: Lingkari jawaban yang paling benar.

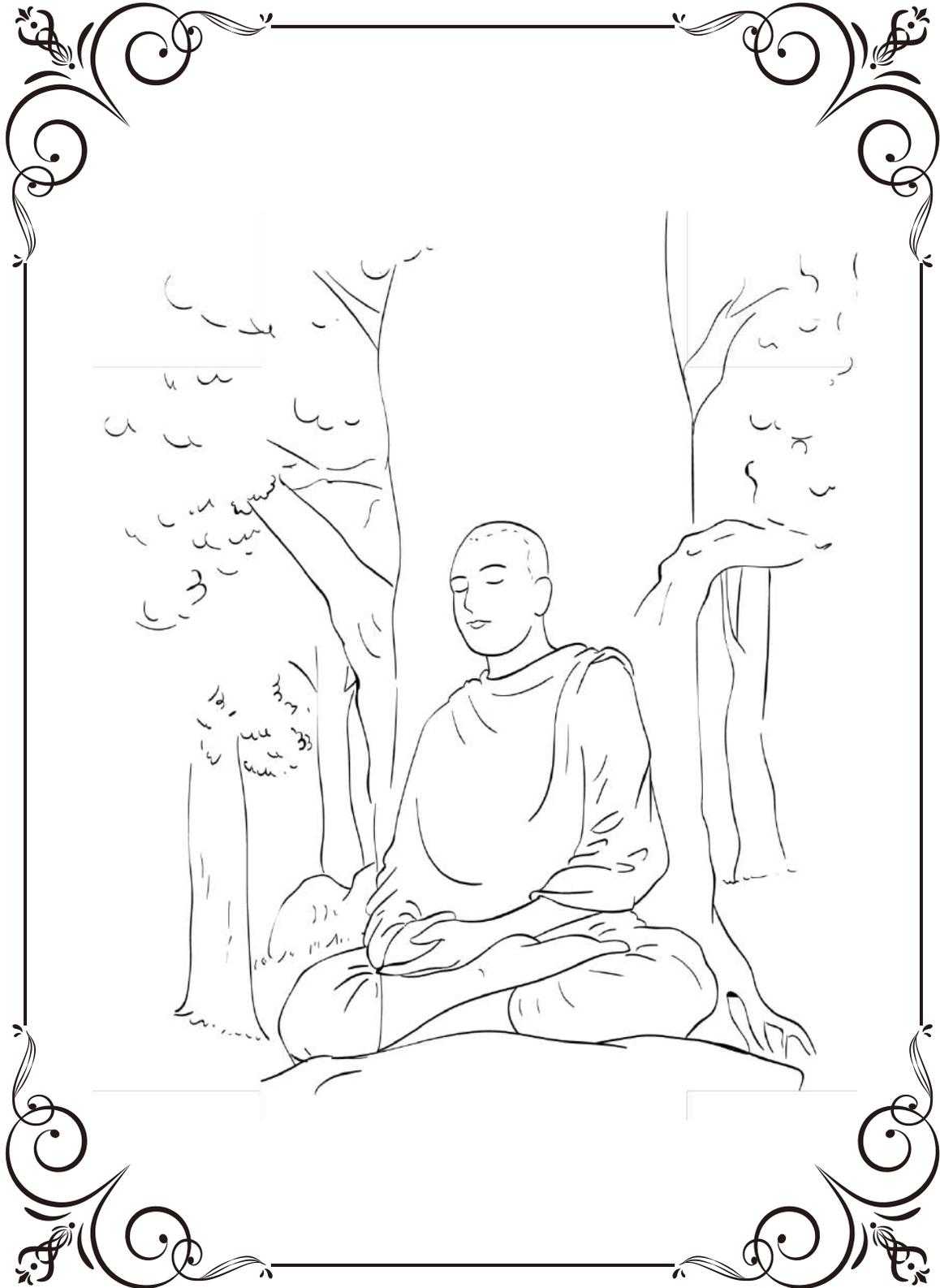
1. Jika seseorang menghina teman baikmu, kamu sebaiknya:
 - a. mengatakan kalau orang tersebut akan masuk ke alam neraka
 - b. menjauhi temanmu
 - c. minta temanmu untuk membalasnya
 - d. bersama temanmu menjauhi orang tersebut

2. Jika ada orang berteriak kepada kamu dengan panggilan yang jelek, kamu sebaiknya:
 - a. memikirkan beberapa nama jelek untuk membalas dia
 - b. menikmati pikiran dengan senang bagaimana rasanya dia di alam neraka
 - c. diamkan saja
 - d. mengingat apa yang dia katakan

3. Jika kamu merasa sangat marah dengan yang dikatakan seseorang tentang kamu, kamu sebaiknya:
- beritahu teman bahwa betapa jahatnya orang tersebut
 - minum air dan baca buku yang menarik
 - memikirkan bagaimana menghukum orang tersebut
 - memikirkan tentang orang tersebut
4. Kamu dapat menguatkan dirimu dengan:
- kesabaran
 - pengendalian diri
 - tidak membalas
 - a, b, dan c
5. Jika kamu berpikiran untuk menghukum seseorang karena melukaimu, ubah pikiranmu dengan:
- mendengarkan musik
 - memikirkan betapa jeleknya
 - kerjakan PR
 - a atau c
6. Kesabaran berarti:
- membantu orang lain
 - tidak membalas dendam
 - menahan keinginan untuk marah-marah
 - b dan c
7. Jika seseorang mengatakan sesuatu yang jelek atau melakukan yang tidak baik kepada kamu:
- ucapan dan perbuatan dia milik dia sendiri
 - kamu boleh membuat gosip tentang dia
 - kamu akan menderita akibat kata-kata dan perbuatan jahatnya
 - bila dia tidak percaya akan *kamma* dia tidak akan menderita



Soṇa Koliṇisa Kesulitan dalam Bermeditasi



Bab 25

Soṇa Koḷivisa

Di sebuah desa di Magadha, India tinggalah suku Koḷivisa. Orang kaya dari suku Koḷivisa mempunyai seorang anak bernama Soṇa. Sejak dia lahir Soṇa kecil telah mendapatkan hadiah-hadiah mewah dan segala sesuatu yang serba mewah. Dia mempunyai tiga rumah, dan 60 orang perawat yang merawatnya. Dia sama sekali tidak pernah melakukan pekerjaan apa pun. Kulitnya begitu lembut dan halus bahkan kakinya juga benar-benar lembut. Begitu lembut kakinya hingga ada rambut-rambut halus yang tumbuh di bawah telapak kakinya. Ini sesuatu yang tidak biasa, orang-orang yang melihatnya merasa kagum. Dia tidak pernah berjalan di atas tanah, untuk melindungi kakinya supaya tidak menjadi kasar dan rambutnya tidak rontok. Bila dia sedang tidak senang, dia akan menakut-nakuti orang bahwa dia akan berjalan di atas tanah, sehingga orang-orang memenuhi semua yang dia inginkan.

Raja Bimbisāra, Raja Magadha, mengundang satu orang dari setiap desa yang berjumlah 80.000 orang dari seluruh Magadha untuk mengunjunginya, termasuk juga Soṇa. Untuk mempersiapkan Soṇa dalam kunjungan tersebut, orangtuanya memberitahu dia, *“Raja Bimbisāra ingin melihat kakimu. Kamu harus berlaku sopan saat menunjukkan kakimu kepadanya. Tunjukkan kakimu dengan cara duduk bersila di depan beliau, dengan kedua telapak kaki mengarah ke atas sehingga beliau dapat melihatnya.”*

Keluarga Koḷivisa menyiapkan pelayan untuk mengusung Soṇa dengan tandu (alat angkut yang dibawa di atas bahu) ke istana raja. Soṇa membungkuk memberi hormat kepada raja dan duduk di depan raja seperti yang diajarkan orangtuanya, raja melihat ada rambut halus yang tumbuh di kaki Soṇa. Raja terkagum-kagum melihatnya, kemudian raja berbicara dengan banyak orang termasuk Soṇa. Raja memberi petunjuk tentang tujuan yang harus mereka capai dalam hidup mereka. Pada akhir pembicaraan, beliau meminta mereka untuk bertemu Buddha yang akan memberi petunjuk tentang tujuan yang harus dicapai untuk kehidupan mendatang.

Maka pergilah 80.000 orang termasuk Soṇa menemui Buddha. Setibanya di tempat Buddha, Beliau mengajari mereka bahwa kebahagiaan datang dari mengurangi nafsu, bukan mengejar nafsu. Setelah ceramah *Dhamma*, orang-orang berlindung kepada Buddha, *Dhamma* dan *Saṅgha*. Soṇa ingin tetap tinggal, dia meminta Buddha menahbiskannya sebagai seorang *bhikkhu*. Buddha menjawab dia boleh menjadi *bhikkhu* bila orangtuanya setuju. Soṇa mendapat izin dari orangtuanya, kemudian ditahbiskan.

Bhikkhu Soṇa Koḷivisa sangat ingin merasakan kebahagiaan seperti yang Buddha khotbahkan. Dia telah mengalami semua kesenangan dan kekayaan yang dapat dia minta, namun dia tidak pernah merasakan kebahagiaan yang sesungguhnya. Dia pergi ke tempat yang sepi di dalam hutan untuk bermeditasi. Saat dia berjalan masuk ke dalam hutan, dia mencoba untuk tetap waspada. Dia duduk di tempat yang bagus, menutup matanya, dan berusaha untuk berkonsentrasi dan menenangkan batinnya. Dia duduk lama dan berusaha terus untuk mengonsentrasikan batinnya, tetapi batinnya terus memikirkan segala macam hal. Dia mencoba bermeditasi berjalan. Dia berjalan perlahan-lahan dan dengan kesadaran penuh hingga kakinya yang lembut melepuh dan berdarah. Dia tetap tidak dapat menenangkan pikiran untuk merasakan kebahagiaan yang sebenarnya.

Hari demi hari Bhikkhu Soṇa Koḷivisa pergi ke tempat yang sama di hutan untuk bermeditasi. Dia duduk dan mencoba bermeditasi, tetapi batinnya tidak dapat tenang. Dia mencoba bermeditasi jalan, tetapi batinnya juga tidak dapat tenang. Dia terus berpikir dan berpikir, bukan bermeditasi. Dia menjadi frustrasi, dan berpikir, "Ini tidak ada gunanya. Saya telah berusaha keras untuk bermeditasi, namun saya tidak mendapatkan kebahagiaan yang saya harapkan. Saya harus kembali ke keluarga saya. Saya dapat berdana makanan dan barang kepada para *bhikkhu* untuk mendapatkan berkah, dengan begitu saya akan berbahagia."

Pada hari saat dia ingin menyerah untuk menjadi *bhikkhu*, Buddha mengunjungi Soṇa di tempat meditasinya. Bhikkhu Soṇa Koḷivisa mempersilakan Buddha duduk, lalu dia membungkuk menghormat. Buddha berkata, "*Soṇa, apakah kamu berpikir bahwa kamu telah berusaha keras untuk bermeditasi, tetapi hatimu tidak damai dan kamu tidak mendapatkan kebahagiaan yang kamu inginkan? Kamu ingin kembali ke keluargamu dan memberikan makanan dan keperluan kepada para bhikkhu untuk mendapatkan berkah?*" Soṇa menjawab, "*Ya, Bhante.*" Buddha berkata, "*Dahulu kamu suka bermain kecapi [alat musik dengan senar], benar tidak? Bukankah kamu seorang pemain kecapi yang mahir?*" Soṇa mengangguk. Buddha berkata, "*Jika senar terlalu kencang, apakah suara kecapi terdengar enak?*" Soṇa menjawab, "*Tidak, Bhante.*" Buddha melanjutkan, "*Jika senar terlalu longgar, apakah kecapi terdengar enak?*" Soṇa menjawab, "*Tidak, Bhante.*" Buddha berkata, "*Jika senar tidak terlalu kencang atau tidak terlalu longgar, apakah kecapi enak didengar?*" "*Ya, Bhante.*" Buddha berkata, "*Soṇa, mengapa kamu tidak mengalami rasa bahagia? Kamu terlalu memaksakan diri. Memaksakan diri terlalu keras membuat kegelisahan. Tidak berusaha keras akan menjadi malas.*"

Bermeditasilah dengan damai, tetapi tidak bermalas-malasan. Cobalah sekali lagi. Kamu pasti akan mendapatkan hasil yang lebih baik.” Buddha berhenti sejenak, lalu bertanya, “*Maukah kamu tetap menjadi bhikkhu dan mencoba lagi?*”

Bhikkhu Soṇa Koḷivisa setuju, pada keesokan hari dia duduk bermeditasi. Kali ini dia tidak memaksa batinnya untuk diam. Sebaliknya, dia memerhatikan pikiran-pikirannya, dan membiarkannya kembali dan keluar lagi. Saat pikirannya bergerak terlalu cepat, dia sadar dia tidak lagi memerhatikan pikirannya pergi dan kembali, dia memerhatikan nafasnya. Dia memerhatikan semua tentang nafasnya. Batinnya menjadi tenang dan semakin tenang, hingga dia dapat memerhatikan pikirannya yang muncul dan hilang. Batinnya menjadi tenang/diam. Dia tidak merasakan bahkan sedikit pun rasa khawatir, gelisah, tidak bahagia, tidak nyaman, harapan, atau keinginan. Dia merasakan kebahagiaan yang sempurna. Akhirnya, dia dapat bermeditasi.

PERTANYAAN:

1. Gaya hidup seperti apa yang dimiliki Soṇa sejak kecil?
2. Apa yang diajarkan orangtuanya saat akan bertemu dengan raja? Mengapa?
3. Siapakah yang diminta raja untuk ditemui oleh kumpulan orang-orang tersebut?
4. Mengapa Soṇa ingin ditahbiskan?
5. Apa yang terjadi saat dia masuk ke hutan?
6. Apa yang terjadi pada kakinya saat dia melakukan meditasi berjalan?
7. Apa kata Buddha tentang Bhikkhu Soṇa Koḷivisa yang tidak dapat bermeditasi dengan baik?
8. Apa yang membuat kegelisahan muncul saat kamu sedang mencoba bermeditasi?
9. Apa yang membuat kemalasan muncul saat kamu sedang mencoba bermeditasi?

BUDDHA BERKATA:

*“Suppabuddhaṃ pabujjhanti, sadā gotamasāvakā;
Yesaṃ divā ca ratto ca, bhāvanāya rato mano.”*

“Para siswa Gotama selalu sadar, penuh kebahagiaan, pikiran mereka penuh kebahagiaan dan tenteram dalam meditasi siang dan malam.” -*Dhammapada* 301 (21:12)

❖ DISKUSI TENTANG MEDITASI:

Buddha membicarakan tentang kebahagiaan dalam latihan meditasi. “*Bhāvanā*” dalam bahasa Pāli berarti meditasi. Apakah kamu senang dengan meditasi? Apakah kamu terbangun (selesai bermeditasi) dengan perasaan gembira? Mungkin kamu seperti Bhikkhu Soṇa Koḷivisa, masih belum

mendapatkan kebahagiaan dari meditasi, karena kamu berusaha terlalu keras namun tidak ada hasilnya. Atau juga kamu sedikit bermalas-malasan saat bermeditasi, sehingga kamu merasa mengantuk dan bermimpi pada siang hari, mungkin memikirkan apa yang akan kamu kerjakan kemudian, atau memikirkan segala sesuatu di sekitarmu. Kamu mungkin terlalu berusaha keras, mencoba memaksa batinmu untuk fokus dan merasa marah bila pikiranmu terganggu oleh bermacam-macam pikiran, sehingga kamu putus asa.

Meditasi seperti sejenis olahraga atau keahlian yang memerlukan banyak latihan. Jika kita ingin belajar satu jenis olahraga, sama seperti halnya belajar meditasi, kita perlu seorang guru untuk membimbing dalam latihan secara teratur. Cara yang terbaik adalah melakukan latihan secara teratur dengan menyisihkan sedikit waktu **setiap hari**, mungkin hanya satu atau dua menit untuk meditasi, pada jam yang sama di pagi hari atau malam hari secara rutin. Carilah waktu yang kamu anggap paling baik, misalnya saat kamu bangun tidur atau setelah selesai berpakaian rapi pada pagi hari, atau sebelum tidur di malam hari. Dengan waktu yang begitu singkat dan pada saat yang sama setiap hari, kamu tidak bisa mengatakan kalau kamu tidak punya waktu atau lupa. Jika kamu melakukannya setiap hari, maka kamu akan mempunyai kebiasaan untuk bermeditasi sepanjang hidup, yang sudah pasti membawa ke jalan keberhasilan dan kebahagiaan.

Sebaiknya ada tempat khusus untuk bermeditasi, yang tenang, rapi, dan bersih. Sebuah tempat puja bakti adalah tempat yang paling ideal. Kamu dapat membuat satu ruang puja bakti di kamar tidurmu dengan meletakkan *rūpaṃ* Buddha yang berukuran kecil atau gambar Buddha di atas rak buku atau meja kecil dan jagalah kebersihan tempat tersebut, tidak berantakan dan jauhkan barang-barang yang bersifat duniawi. Duduklah dengan bersila di atas lantai, gunakan bantal kecil atau lipatan selimut sebagai tempat duduk.

Selanjutnya yang kita butuhkan adalah usaha (*virīya*) dan ketekunan (*appamāda*). Masih ingat arti *appamāda*? Dari pelajaran terdahulu kita mengetahui *appamāda* berarti dedikasi, ketekunan, dan kewaspadaan melakukan sesuatu dengan hati-hati dan penuh minat, penuh perhatian, usaha, dan energi. Kita tidak hanya duduk, tutup mata, dan selesai, atau berpura-pura bermeditasi namun hanya mimpi di siang hari. Duduklah dengan posisi meditasi yang benar, ingatlah apa yang diajarkan oleh gurumu dan usahakan sebaik mungkin untuk mengikuti perintahnya.

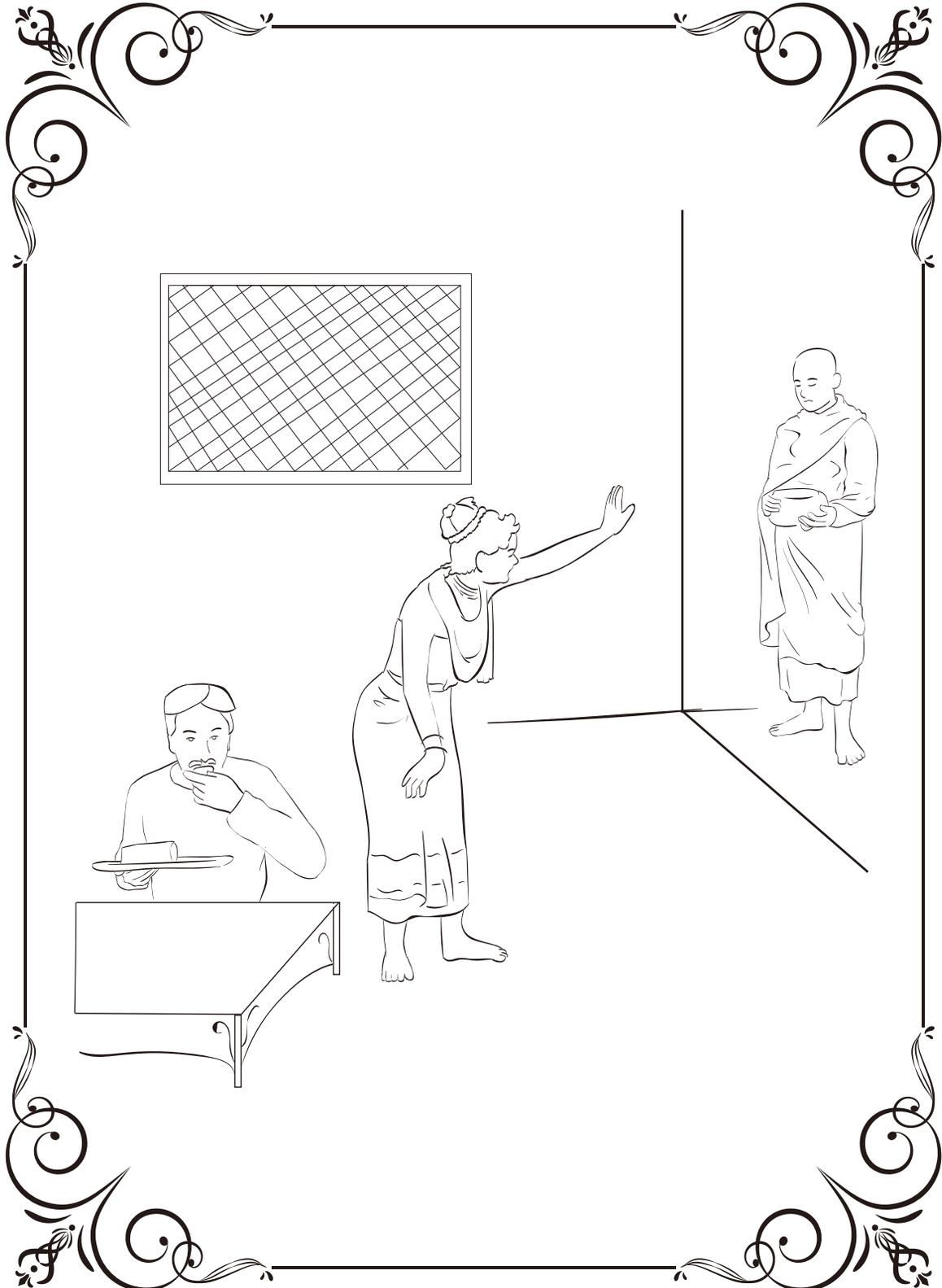
Apa yang dimaksud dengan usaha (*virīya*)? Artinya sabar, usaha yang gigih, saat kamu sudah yakin dan pasti untuk melakukan sesuatu yang baik, dan terus mencoba, berusaha keras, mengatasi kesulitan, kegagalan, dan tidak menyerah. Kita tahu bahwa Siddhattha tidak tercerahkan walau telah berlatih dengan keras dan menyiksa diri dalam kehidupan sebagai pertapa di hutan, namun tetap mencoba untuk menjadi Buddha. Kita tidak perlu melakukan latihan meditasi yang seperti itu, kita hanya cukup berlatih sebentar, secara teratur, dan tidak menyerah walaupun bukan sesuatu yang menyenangkan dan belum memberikan kesenangan kepada kita. Setiap hari kita mandi dan

menyikat gigi, ini bukan sesuatu yang istimewa dan menyenangkan, namun kita tetap membersihkan diri kita. Di masa mendatang saat kamu dewasa, kamu akan bergembira atas apa yang telah kamu lakukan, karena gigimu tidak rusak dan jauh dari penyakit. Sama halnya, kita harus membersihkan pikiran kita setiap hari dengan bermeditasi. Hanya dengan usaha yang sedikit setiap hari, membantu kita untuk mengendalikan pikiran kita dan berkonsentrasi. Kita tidak akan segera mendapatkan keberhasilan, kita tidak akan tiba-tiba bisa berkonsentrasi dengan benar pada awal kita memulai bermeditasi. Kita dapat memerhatikan—seiring dengan berjalannya waktu, hingga dapat berlatih semakin baik—kita tidak lagi begitu mudah tersinggung dan marah-marah seperti sebelumnya, kita menjadi lebih sabar dan lebih pengertian, kita dapat lebih tenang mengatasi masalah. Meditasi membantu kita menghindari stres, kemarahan, dan kegelisahan, sehingga kita dapat berpikir lebih tenang dan jernih. Saat semakin dewasa, kita akan begitu bergembira karena telah melakukannya (latihan meditasi), sehingga kita dapat merasakan kebahagiaan yang sebenarnya dan kebijaksanaan. Penting untuk diingat jika kita berhenti berlatih meditasi untuk jangka waktu yang lama, kita harus kembali lagi berlatih dengan teratur, dan tidak menyerah. Meditasi tidak gampang, tetapi hasilnya sungguh membayar lunas usaha yang telah kita lakukan.

Meditasi berjalan:

Berdirilah dengan membelakangi dinding. Jalan perlahan-lahan, namun jangan sampai kehilangan keseimbangan dan terlihat seperti orang bingung, tidak membuat setiap gerakan menjadi berlebihan atau menyeret kaki. Berdiri dengan mata tertutup, dan perhatikan pernafasan, rasakan setiap sensasi dari pernafasan. Rasakan kaki yang menginjak lantai, rasakan jari-jari kaki di atas lantai, lalu bagian depan telapak kaki, lalu tumit kaki. Rasakan bagaimana tubuhmu seimbang ditopang oleh kedua kaki, lalu rasakan bagaimana tubuh sedikit dimiringkan ke depan, lalu kembali berdiri dengan tegak. Buka matamu dan perlahan angkat sedikit satu kaki dan rasakan bagaimana tungkai kaki saat kaki diangkat, dengan lembut bergerak maju ke depan dengan langkah kecil yang normal, turunkan kaki dan injak lantai perlahan, rasakan bagaimana saat kaki menyentuh lantai lagi. Lakukan lagi untuk langkah berikut. Teruskan berjalan secara perlahan, jangan menoleh ke sekelilingmu, fokuskan bagaimana rasanya berjalan dengan perlahan-lahan. Rasakan sensasi kakimu, saat setiap bagian kaki menyentuh lantai, bergerak lagi ke depan dan sentuhkan kaki pada lantai. Rasakan sensasi di tungkai kaki, tungkai atas, tungkai bawah, mata kaki. Perhatikan bagaimana keseimbangan tubuh dalam setiap langkah baru, rasakan lengan dan tangan serta jari-jari tangan, rasakan saat nafas masuk dan saat nafas keluar.

Migāra Hanya Menikmati
Berkah Masa Lalunya



Bab 26

Visākhā

Visākhā adalah putri orang kaya. Kakeknya mendapat kabar bahwa Buddha datang ke kota mereka, lalu dia memberitahu cucunya—Visākhā—untuk mengajak semua teman-teman dan pembantunya menyambut Buddha. Visākhā meskipun masih seorang gadis kecil, tetapi saat dia mendengar Buddha mengajarkan *Dhamma*, dia dapat mengerti sepenuhnya dan menjadi seorang *sotāpanna*, tingkat kesucian yang pertama. Saat dia berusia sekitar 15 atau 16 tahun, dia tumbuh dengan sangat cantik dan menikah dengan Puñṇavaḍḍhana, anak dari orang kaya yang bernama Migāra. Suami dan keluarga suaminya bukan siswa Buddha tetapi mereka adalah siswa dari pertapa lainnya. Visākhā diajarkan bersikap dan melakukan tugas yang benar sebagai seorang istri yang baik, contohnya menghormati orangtua suaminya, menyajikan makanan kepada mereka terlebih dahulu.

Visākhā sangat baik dan berbakti kepada Buddha dan *Dhamma*. Migāra tidak suka Visākhā menjadi murid Buddha, dia lebih memilih guru-guru agamanya. Suatu pagi, Migāra duduk di kursi kesukaannya sambil memakan bubur dan Visākhā mengipasinya. Seorang *bhikkhu* berdiri di pintu untuk menerima derma makanan. Visākhā bergeser sedikit agar Migāra dapat melihat *bhikkhu* tadi, tetapi Migāra pura-pura tidak melihatnya. Migāra tetap melihat ke bawah dan menikmati buburnya. Visākhā tidak suka dengan sikap mertuanya, Migāra. Visākhā berpikir, “Mengapa dia bisa tidak memedulikan seorang *bhikkhu* yang berdiri di pintu?” Visākhā sedang bimbang apa yang harus dia lakukan. Jika dia tidak memedulikan seorang *bhikkhu*, atau mengusirnya, perbuatan tersebut kasar dan tidak hormat kepada seorang *bhikkhu*, dia tidak ingin melakukannya. Jika dia memberikan makanan kepada *bhikkhu*, maka akan tidak hormat kepada Migāra, tidak hormat kepada mertuanya, dan tidak patuh pada aturannya. Visākhā berkata kepada *bhikkhu* itu, “*Bhante, pergilah. Ayah mertua saya sedang makan makanan yang basi.*” Migāra marah dan merasa tidak senang melihatnya, sambil berpikir, “Dia telah menghina keluarga ini.”

Migāra memerintahkan para pelayannya, *“Buang makanan ini. Usir perempuan itu dari rumah ini. Dia mengatakan saya memakan sampah.”* Para pelayan sangat menghormati dan mengagumi Visākhā, sehingga mereka tidak berani bergerak atau melakukan sesuatu terhadap Visākhā. Visākhā dengan sopan berkata, *“Ayah, tidak ada alasan bahwa saya harus diusir dari sini. Delapan orang dari keluarga saya ikut bersama saya tinggal di sini untuk melaporkan perilaku saya yang tidak baik. Silakan Ayah panggil mereka dan biarkan mereka yang memastikan apakah saya bersalah atau berperilaku tidak baik.”*

Migāra memanggil delapan orang dari keluarga Visākhā, dan menjelaskan apa yang terjadi, *“Sewaktu saya sedang makan bubur, perempuan ini mengatakan apa yang saya makan tidaklah bersih. Dia telah berperilaku tidak baik dan harus diusir dari sini.”* Visākhā memberikan penjelasan, *“Saudara-saudaraku, ayah mertua saya tetap makan dan tidak memedulikan bhikkhu yang berdiri di pintu, dia tidak akan mendapatkan hasil kebajikan dalam kehidupannya yang sekarang. Dia hanya sedang menikmati hasil kebajikannya yang dia perbuat di kehidupan lampau, yang membuat dia kaya dalam kehidupan sekarang. Menikmati hasil kebajikan dalam kehidupan lampau dan tidak membuat kebajikan baru seperti memakan makanan basi. Maka saya meminta bhikkhu itu untuk pergi, karena ayah mertua saya memakan makanan basi.”* Kedelapan orang tersebut satu pendapat bahwa Visākhā tidak bersalah dan tidak berperilaku buruk. Migāra kemudian menerima bahwa Visākhā tidak bersalah dan meminta maaf atas sikap kasarnya.

Migāra masih mencoba mencari-cari kesalahan dari kejadian lainnya, namun tidak berhasil menemukan bukti bahwa Visākhā telah berkelakuan buruk. Visākhā berencana untuk pergi dari rumah mertuanya, seperti yang diinginkan oleh mertuanya pada awalnya, tetapi sikap Migāra berubah, dia meminta untuk dimaafkan. Visākhā menjawab, *“Ayah, saya memaafkanmu, tetapi saya hanya mau menetap di sini jika saya diizinkan melayani para bhikkhu seperti yang saya inginkan, karena keluarga saya dan saya telah berkeyakinan penuh dalam Buddha Dhamma.”* Migāra setuju, dan beberapa waktu kemudian Visākhā mengundang Buddha ke rumah dan alhasil Migāra pun menjadi pengikut Buddha.

Visākhā tidak hanya berbakti kepada Buddha, *Dhamma* dan *Saṅgha*, tetapi dia juga sangat murah hati. Visākhā memikirkan apa yang diperlukan oleh Buddha dan para anggota *Saṅgha*, melihat apa yang diperlukan dan dengan murah hati memberikannya. Visākhā memberikan sejumlah uang untuk membeli tanah untuk membangun wihara dengan 500 kamar, yang diberi nama Wihara *Pubbārāma* untuk Buddha dan *Saṅgha*. Visākhā memohon izin kepada Buddha untuk memberikan delapan jenis persembahan, yaitu peralatan mandi para *bhikkhu*, peralatan mandi para *bhikkhunī*, makanan untuk *bhikkhu* yang berkunjung, makanan untuk *bhikkhu* yang menetap, makanan untuk *bhikkhu* yang sakit, makanan untuk *bhikkhu* yang merawat *bhikkhu* yang sedang sakit, obat-obatan, bubur dan makanan sehat untuk para *bhikkhu*. Visākhā juga membantu banyak hal untuk para

bhikkhunī. Dia berharap para *bhikkhu* yang menggunakan pemberian dari dirinya dapat mencapai *Arahat*, dia merasa sangat bergembira, damai, dan dapat berkonsentrasi dalam meditasinya.

PERTANYAAN:

1. Mengapa Migāra tidak suka Visākhā mengabdikan kepada Buddha?
2. Mengapa Migāra tidak menyambut dan memberikan makanan kepada *bhikkhu*?
3. Mengapa Visākhā menyediakan makanan untuk *bhikkhu*?
4. Apa yang Visākhā katakan kepada *bhikkhu* yang akan menerima derma makan?
5. Apa yang Visākhā maksud dengan berkata Migāra sedang makan makanan basi?
6. Apa yang terjadi pada Migāra?
7. Bagaimana kepribadian Visākhā?

BUDDHA BERKATA:

*“Puññañce puriso kayirā, kayirā naṃ punappunaṃ;
tamhi chandaṃ kayirātha, sukho puññaṃ uccayo.”*

“Jika seseorang melakukan kebajikan, hendaknya dilakukan terus menerus, berbahagia dalam perbuatan baik tersebut, karena memupuk kebajikan akan membawa menuju kebahagiaan.”

-Dhammapada 118 (9:3)

*“Pāpopi passati bhadraṃ, yāva pāpaṃ na paccati;
yadā ca paccati pāpaṃ, atha pāpo pāpāni passati.”*

“Selama buah perbuatan jahat belum matang, orang yang berbuat jahat akan merasakan hal-hal yang baik-baik saja, tetapi bilamana buah perbuatan jahatnya telah matang, ia akan merasakan penderitaan dari buah perbuatan jahatnya.” *-Dhammapada 119 (9:4)*

❖ DISKUSI TENTANG JASA-JASA KEBAJIKAN:

Kita semua beruntung mempunyai tubuh yang sehat, pintar, keluarga yang baik, guru-guru yang baik, dapat belajar, dan berpraktik *Dhamma*. Apakah setiap orang mempunyai nasib yang sebaik ini? Tidak. Ada orang yang tidak memilikinya. Banyak orang menderita karena sakit, miskin, kekhawatiran, ketidakbahagiaan, lingkungan yang tidak baik, masalah dalam keluarga, kekerasan, konflik bahkan perang. Banyak makhluk yang menderita dalam alam neraka. Mengapa kita mempunyai nasib yang begitu baik? Kita telah banyak melakukan perbuatan-perbuatan baik dalam

kehidupan kita sebelumnya, kita telah berbuat banyak kebajikan dan hidup dengan moralitas yang baik di kehidupan lampau kita. Ini disebut sebagai “*kamma* baik” atau “*puññakamma*” yang menyebabkan hasil yang baik (*vipāka*), kesehatan, kekayaan, keberhasilan, dan kebahagiaan. Apakah itu berarti kita akan selalu bernasib baik?

Tidak. Seperti kata Buddha, segala sesuatu tidak kekal, termasuk nasib baik. Segala sesuatu berubah dan tidak ada yang kekal. Kita tidak tahu apa yang telah kita lakukan dalam banyak kehidupan, sehingga kita tidak tahu apa yang akan terjadi dalam kehidupan sekarang. Kebanyakan orang melakukan banyak hal untuk bersenang-senang, tidak banyak berpikir apa yang dapat mereka lakukan untuk orang lain. Mereka melakukan banyak perbuatan baik, banyak yang melakukan perbuatan yang tidak terlalu baik, dan ada yang melakukan perbuatan jahat. Kita mungkin telah hidup dengan banyak kehidupan seperti itu di kehidupan lampau. Sekarang kita mendapatkan hasil dari perbuatan baik kita. Kita tidak tahu kapan buah perbuatan baik kita akan habis, atau kapan kita akan mendapatkan buah dari perbuatan yang kurang baik dan perbuatan tidak baik, “*kamma* buruk” kita.

Apa yang terjadi bila buah perbuatan baik kita telah habis? Kemudian kita hanya mengalami buah perbuatan buruk. Seperti sebuah kendaraan yang bahan bakarnya habis terpakai dan tidak diisi kembali, kita kehabisan kehidupan baik karena *kamma* baik telah habis terpakai dan tidak diisi dengan *kamma* baik. Saat kehabisan *kamma* baik, kita mengalami penderitaan. Saat kita menderita, mungkin sulit untuk mulai melakukan kebajikan. Sulit melakukan perbuatan baik bila kita sedang sakit, miskin, depresi, terluka atau sedang dalam kesulitan. Visākhā mengatakan Migāra kaya karena perbuatan baiknya, *kamma* baiknya, kebajikan-kebajikan yang dia lakukan di kehidupan lalu, sehingga dapat dinikmati di kehidupan sekarang. Akan tetapi dia tidak tahu kapan buah *kamma* baiknya akan berakhir atau perbuatan jahatnya di masa lampau akan berbuah. Dia seperti seekor kepiting dalam kuili berisi air. Dia bergembira dan menari di dalam air dingin dalam kuili, merasakan semua yang luar biasa. Pada saat api kompor dinyalakan, kepiting yang malang menderita dan mati dimasak. Saat *kamma* buruk Migāra berbuah, dia akan menderita seperti kepiting yang dimasak.

Kita juga mungkin telah melakukan sesuatu yang bodoh dan jahat dalam kehidupan masa lampau kita dan mungkin juga dalam kehidupan ini. Apa yang dimaksud dengan “perbuatan jahat” atau “*pāpakamma*”? Bersifat tidak baik dan egois, melukai orang lain dengan ucapan atau perbuatan, bersifat tamak dan tidak murah hati, mengambil milik orang lain dan tidak mengembalikannya, berbohong, dan berperilaku tidak baik dalam banyak hal. Mungkin saja kita belum dihukum akibat perbuatan jahat kita dan mungkin tidak mengalami sesuatu yang menakutkan, sehingga kita mengira bahwa kita dapat melakukan perbuatan yang salah karena sesuatu yang tidak baik tidak terjadi. Seperti kata Buddha, selama buah perbuatan jahat belum “matang” (akibat dari sesuatu yang tidak

baik), kita mungkin berpikir 'baik-baik saja', dengan senang berbuat lagi, karena semuanya mulus-mulus saja. Kita mungkin juga seperti kepiting yang menari di dalam kuai. Buddha berkata saat buah perbuatan jahat telah matang, mungkin pada waktu yang akan datang atau dalam banyak kehidupan yang akan datang, kita akan mengalami penderitaan (*dukkha*) akibat perbuatan jahat tersebut.

Apa yang dapat kita perbuat? Haruskah kita hidup dengan ketakutan akan hal-hal buruk yang mungkin kita alami akibat perbuatan kita di masa lampau? Tidak. Seperti yang kita pelajari sebelumnya, setiap orang mengalami kesulitan dan *dukkha* (penderitaan). Itu adalah bagian kehidupan. Kita dapat mengurangi *dukkha* (penderitaan) yang harus kita alami karena perbuatan masa lampau kita, kita dapat menghindari terjadinya hal-hal yang buruk di masa mendatang.

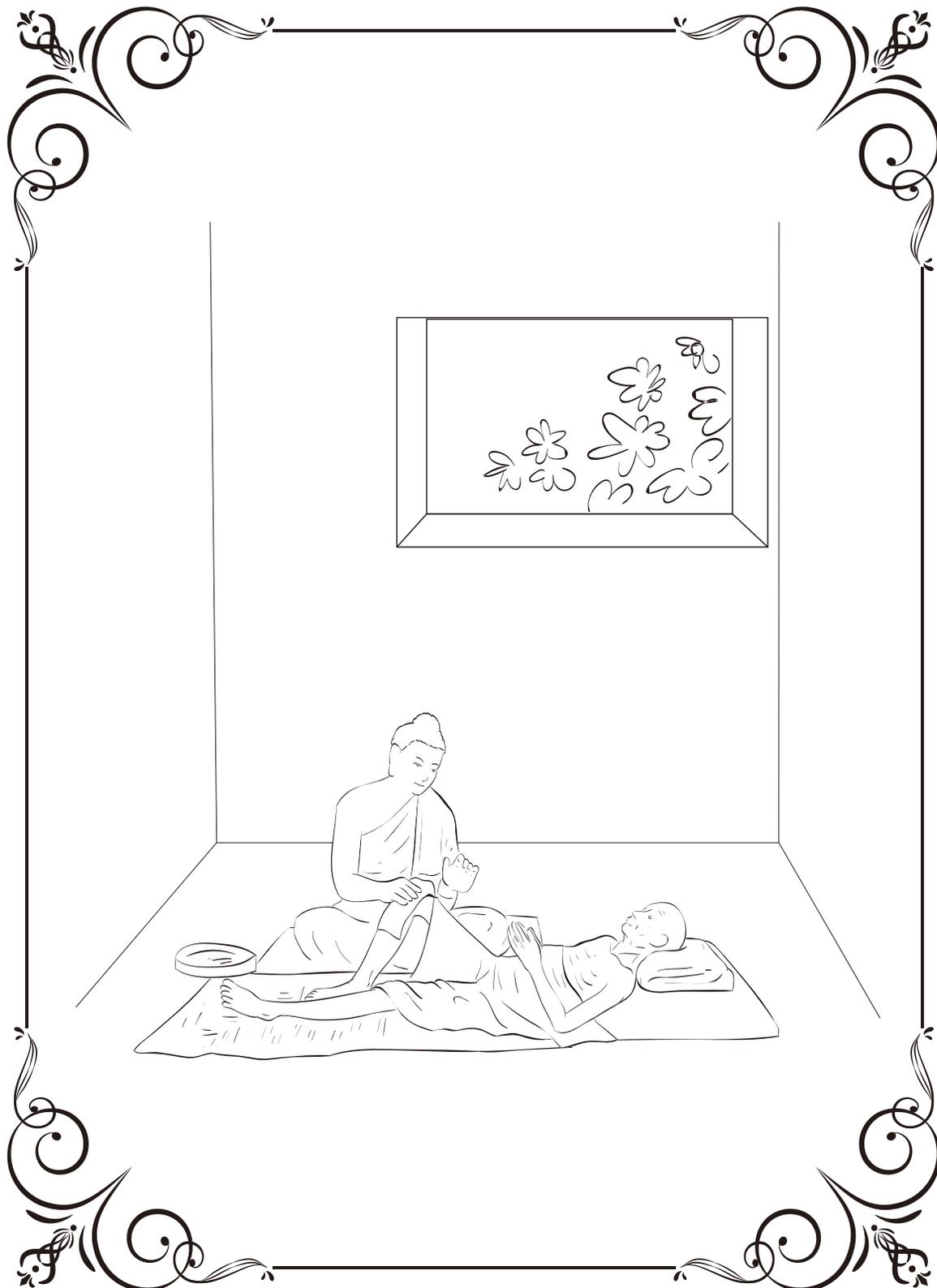
Bagaimana caranya kita menghindari hal-hal buruk di masa mendatang? Tidak melakukan lagi perbuatan yang salah (*pāpakamma*) dan melakukan lebih banyak perbuatan baik (*puññakamma*), dengan mengikuti *Dhamma*. Seperti Anāthapiṇḍika dan Visākhā, berikan yang dapat kita berikan, dan bantulah orang lain, yang artinya *puññakamma*, atau perbuatan baik. Kita ikuti *Dhamma* dengan menjadi jujur, baik, penuh welas asih, rendah hati, bertoleransi, berdamai, memiliki pengendalian diri, dan mempraktikkan moral yang telah kita pelajari. Dengan cara demikian, kita akan mendapatkan buah dari perbuatan baik (*vipāka*) di masa mendatang, seperti kata Buddha, perbuatan baik akan membawa kebahagiaan.

Bagaimana kita dapat mengurangi *dukkha* yang kita alami akibat dari *kamma* buruk di masa lampau? Bagaimana jika kita mengalami sakit, kecelakaan, kehilangan, masalah, kekerasan, konflik, dan kegagalan? Seperti Yang Mulia Aṅgulimāla, kita harus percaya diri bahwa kita sekarang adalah orang baik yang mempraktikkan *Dhamma*. Beliau menjadi *bhikkhu* yang agung dan menghindari masuk ke alam neraka karena perbuatan jahatnya, namun dia harus mengalami kekerasan dari orang-orang yang masih membenci dia. Penderitaannya sudah jauh berkurang. Seperti Yang Mulia Soṇa Koḷivisa, kita bisa bermeditasi yang mana dapat memberikan kebahagiaan, memungkinkan kita untuk tenang, dan bijaksana dalam mengatasi kesulitan.

Gambarlah kepiting dalam kuai!

Tulislah kutipan dari sabda Buddha dalam bab ini di atas selembar kertas dan gambarlah seekor kepiting dalam kuai dan di bawahnya ada kompor yang apinya sedang menyala. Jika kamu mempunyai pensil warna, warnailah.

Melayani dengan Tulus



Bab 27

Bhikkhu yang Sakit

Suatu hari ada seorang *bhikkhu* yang menderita penyakit disentri, yakni diare yang sangat parah. Akibat menderita penyakit itu, *bhikkhu* tersebut sangat lemah dan sering merasa haus. Dikarenakan diare yang terus menerus, tubuhnya menjadi terlalu lemah untuk berjalan ke toilet, yang mana jaraknya jauh dari kamarnya. Dia berbaring di tikar di atas lantai dengan jubahnya yang kotor.

Buddha bersama dengan Yang Mulia Ānanda, berkunjung ke wihara tempat *bhikkhu* yang sakit tersebut. Yang Mulia Ānanda adalah *bhikkhu* pendamping Buddha, yang selalu berada bersama Buddha untuk mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan oleh Buddha. Beliau sering bepergian bersama Buddha. Buddha berjalan sepanjang wihara bersama Yang Mulia Ānanda dan melihat *bhikkhu* yang sakit terbaring di atas tikar. Buddha bertanya kepadanya, “*Sakit apa yang kamu derita?*” *Bhikkhu* itu menjawab, “*Disentri, Bhante.*” Buddha bertanya, “*Tidak adakah orang yang membantumu?*” *Bhikkhu* itu menjawab, “*Tidak, Bhante.*” Buddha terkejut dan bertanya, “*Mengapa kamu tidak meminta bhikkhu lain untuk membantumu?*” *Bhikkhu* itu terlihat tidak nyaman, dan berkata, “*Saya tidak membantu mereka, oleh karena itu mereka tidak membantu saya.*”

Buddha menoleh kepada Yang Mulia Ānanda, dan berkata, “*Ānanda, ambilkan satu ember air. Kita bersihkan dia.*” Yang Mulia Ānanda segera membawakan air. Buddha merubah posisi tubuh *bhikkhu* yang sakit agar dapat dimandikan, lalu Buddha menyiramkan air pada tubuh *bhikkhu* tersebut, dan Yang Mulia Ānanda memandikannya hingga bersih. Buddha dan Yang Mulia Ānanda mempersiapkan tempat tidur yang bersih, dan membawa *bhikkhu* yang sakit tadi ke atas tempat tidur.

Buddha mengumpulkan semua *bhikkhu* di wihara untuk mengadakan pertemuan, Buddha bertanya kepada mereka, “*Wahai para bhikkhu, apakah ada bhikkhu yang sakit di wihara ini?*” Mereka menjawab ada. Beliau bertanya penyakit apa yang diderita, semua *bhikkhu* tahu bahwa itu disentri.

Buddha bertanya apakah ada yang merawat *bhikkhu* yang sakit tersebut, mereka menjawab, “*Tidak Bhante.*” Buddha bertanya mengapa mereka tidak merawat *bhikkhu* yang sakit, mereka mengaku, “*Bhante, dia itu tidak berguna bagi para bhikkhu, makanya kami tidak merawatnya.*” Buddha berkata, “*Orangtua kalian tidak bisa merawat kalian, karena itu jika kalian tidak saling merawat, siapa yang akan merawat kalian?*” Buddha memberi kesimpulan, “*Seseorang yang merawat siapa pun yang sakit, berarti ia telah merawat Saya.*”

PERTANYAAN:

1. Tugas istimewa apa yang dijalani Yang Mulia Ānanda?
2. Apa yang terjadi pada *bhikkhu* yang terbaring di atas tikar?

BUDDHA BERKATA:

*“Hitvā ratiñca aratiñca, sītibhūtaṃ nirūpadhiṃ;
Sabbalokābhibhuṃ vīraṃ, tamahaṃ brūmi brāhmaṇaṃ.”*

“Seseorang yang telah mengatasi rasa senang dan tidak senang akan menjadi tenang, seperti seorang kesatria yang menaklukkan keduniawian, dia sesungguhnya adalah orang yang suci.”

-Dhammapada 418 (26:36)

❖ DISKUSI TENTANG MELAYANI DENGAN TULUS

Para *bhikkhu* pada cerita ini mungkin tidak ingin merasa repot dengan merawat *bhikkhu* yang sakit, karena akan memakan banyak waktu, usaha, dan merasa jijik untuk membersihkannya. Mereka berpikir bahwa *bhikkhu* yang sakit tadi tidak pernah membantu mereka, jadi para *bhikkhu* yang lain memutuskan untuk tidak perlu membantunya. Ini adalah perasaan yang egois (keakuan). Apa yang kita maksud dengan "perasaan egois"? Keegoisan berarti hanya melakukan apa yang kamu inginkan, untuk menghindari melakukan apa yang tidak ingin kamu lakukan, mengabaikan orang yang membutuhkan pertolongan, atau hanya membantu bila mendapatkan imbalan. Kita mungkin berpura-pura tidak melihat sesuatu pekerjaan yang harus dilakukan, sesuatu yang harus dibersihkan atau seseorang yang membutuhkan bantuan. Mungkin kita akan mengeluh jika ada orang lain meminta kita melakukan sesuatu yang tidak kita sukai dan berpikir bahwa orang lain saja yang harus melakukannya. Kita mungkin berpikir seperti yang dilakukan para *bhikkhu*, bahwa kita tidak akan mendapatkan imbalan. Dapatkah kamu memikirkan beberapa alasan lain yang kamu atau orang lain lakukan untuk menghindar dari membantu?

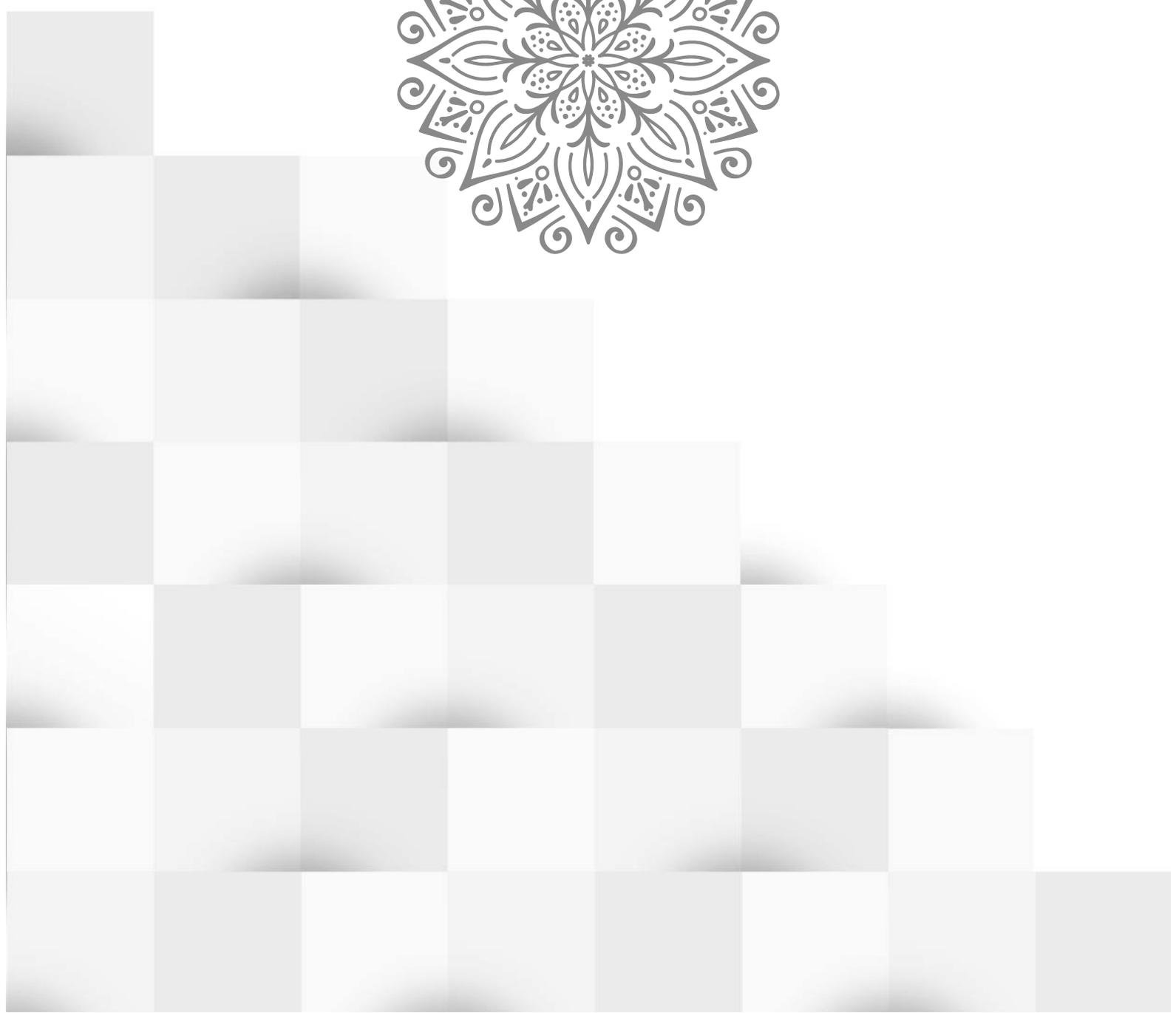
Bagaimana kita menghentikan pikiran egois (keakuan)? Buddha berkata, "*Seseorang yang merawat siapa pun yang sakit, berarti ia telah merawat Saya*". Ketika kita melihat sesuatu yang perlu dilakukan, kita harus berpikir bahwa kita mau membantu Buddha, dengan berpikir seperti itu kita dapat membantu anggota keluarga, guru, dan orang lain. Jika ada anggota keluargamu yang sakit, kamu pasti menawarkan bantuan dengan berbagai cara yang kamu bisa. Itu yang diharapkan Buddha untuk kita lakukan. Kita dapat berpikir tentang kebajikan, *puññakamma*, yang harus dilakukan agar kita bisa memiliki *kamma* baik. Bahkan yang lebih baik lagi seperti membantu dengan penuh cinta kasih (*mettā*) dan kasih sayang (*karuṇā*) untuk orang lain. Kita melayani mereka dan membantu mereka karena kita ingin mereka bahagia. Hal itu berarti kita tidak memikirkan bagaimana orang lain akan "membayar kembali" dan membantu kita sebagai balasannya. Ini adalah "melayani tanpa egois (keakuan)," melakukan sesuatu yang bermanfaat, untuk seseorang tanpa menginginkan imbalan.

Bagaimana jika kita benar-benar tidak suka melakukannya? Bagaimana jika ada pelayanan yang sangat tidak menyenangkan tetapi harus dilakukan? Bila kamu merasa jijik dengan sesuatu, apa yang akan kamu katakan? Mungkin kamu akan bilang "eew" atau "yucky." Mungkin Yang Mulia Ānanda mempunyai pikiran, "Saya tidak mau membersihkan *bhikkhu* yang sakit dan bau ini, aku tidak mau mendekatinya," namun beliau tetap melakukannya. Bagaimana cara mengatasi rasa jijik atau rasa yang tidak menyenangkan? Buddha mengajarkan, "*seseorang yang dapat mengatasi rasa senang dan tidak senang akan menjadi tenang*" (damai), dia adalah seorang pahlawan dan seorang yang suci. Bagaimana kita melakukannya? Untuk mengatasinya kita berlatih berpikir positif. Contohnya, jika kita melihat hewan yang mati, kita perhatikan bulunya yang bagus dan doakan agar ia terlahir kembali ke alam yang lebih baik.

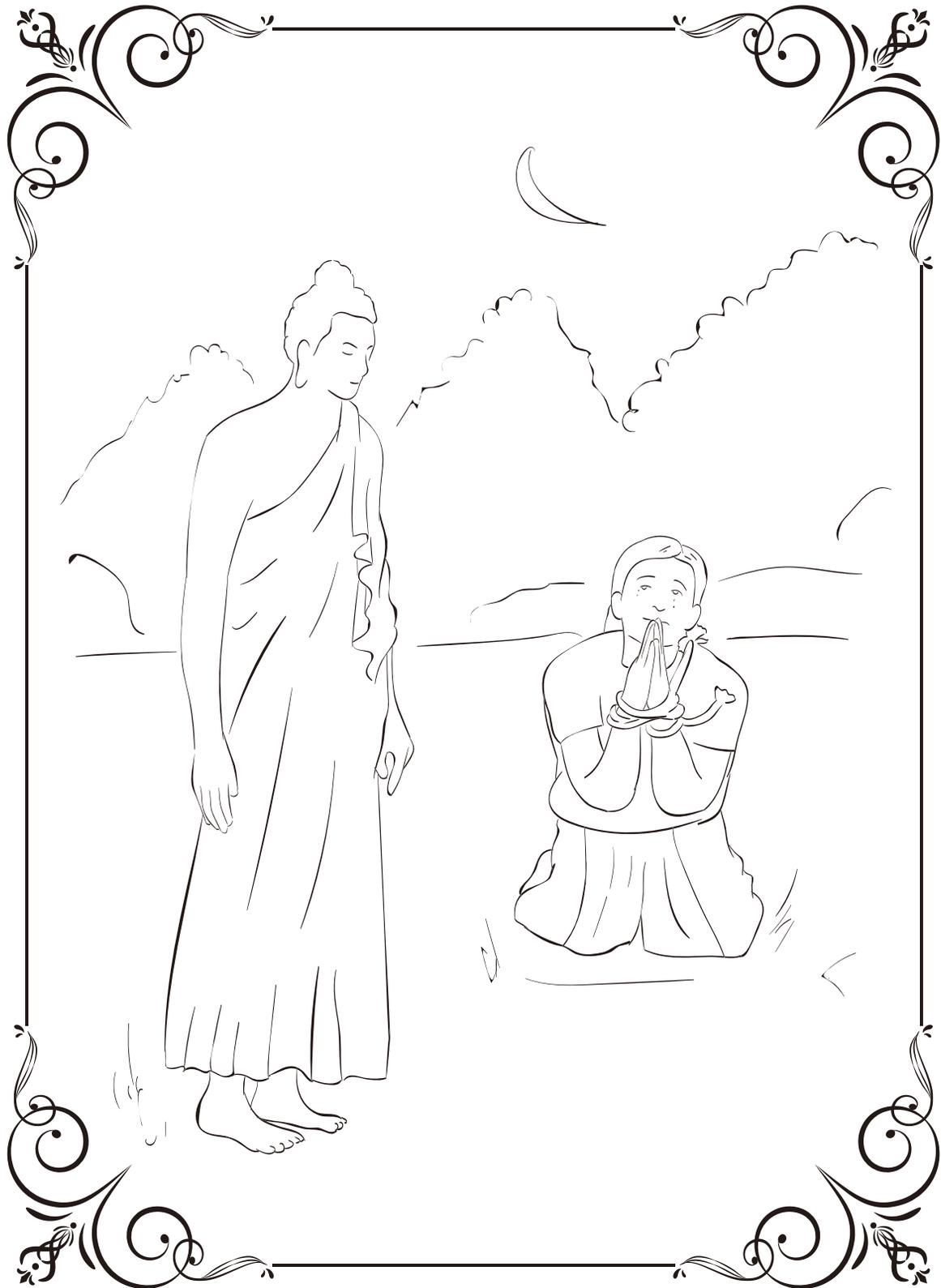
Kita tidak harus menyentuh atau mendekati sesuatu yang mungkin akan melukai kita, seperti hewan mati mungkin saja mengandung bakteri berbahaya yang dapat mengakibatkan kita sakit. Jika kita melihat ada orang sakit daripada berpikir, "kamu terlihat mengerikan," kita lebih baik berpikiran dengan penuh belas kasih, mengharapkan orang tersebut agar lebih baik dan menawarkan air minum. Jika kita melihat orang tua, daripada memerhatikan giginya yang ompong, badan yang membungkuk, atau tangan yang kurus kering, lebih baik kita perhatikan betapa lembut tangannya, betapa teduh matanya, betapa halus tutur katanya, dan berbelas kasih kepadanya, jika dia tidak dapat berjalan, tidak dapat makan dengan mudah, atau dia kelihatan sedih. Jika kita melihat ada sesuatu yang dapat dikerjakan, tetapi biasanya tidak suka untuk melakukannya, contohnya mengatur sepatu dengan rapi di wihara, membersihkan tempat yang berantakan karena adikmu yang masih kecil, atau memungut sampah yang mengotori pekarangan, kita dapat mengerjakan apa saja, ingatlah nasihat Buddha, jika kamu ingin melakukan sesuatu untuk Beliau, maka perbanyak berbuat baik kepada yang lainnya. Hal-hal seperti itu menjadikan kita mempunyai kebiasaan baik untuk melayani dengan tulus.

Melayani dengan tulus orang sakit atau orang yang berusia lanjut:

Jika seorang anggota keluarga atau tetanggamu ada yang sakit atau yang berusia lanjut, dan ada kesempatan untuk mengunjunginya, mintalah izin dari orangtuamu untuk mengunjungi orang tersebut. Kamu dapat membuatkan atau membawakan satu hadiah kecil, seperti kartu ucapan atau makanan kecil. Jika tidak bisa dikunjungi, kamu bisa menelepon dan menghiburnya dengan kata-kata yang penuh perhatian dan bersahabat. Kamu juga bisa membayangkan jutaan orang di dunia ini yang sakit dan mendoakan mereka agar sembuh dan bahagia.



Sopāka Terhindar dari Kejahatan



Bab 28

Sopāka

Seorang anak bernama Sopāka terlahir di keluarga yang miskin. Dia seorang anak yang sangat baik hati dan lugu. Saat Sopāka berusia tujuh tahun, ayahnya meninggal. Ibunya menikah lagi dengan orang lain dan menjadi ayah tiri Sopāka. Ayah tirinya seorang yang suka marah dan kejam yang selalu memarahi dan berteriak-teriak kepada Sopāka, bahkan memukul Sopāka, karena si ayah tiri berpikir Sopāka adalah satu beban yang tidak ia inginkan. Dia tahu ibu Sopāka sangat mencintai putranya, sehingga dia tidak bisa begitu saja menyingkirkan Sopāka. Hal ini membuat si ayah tiri makin kesal.

Suatu sore, si ayah tiri mendapatkan satu ide. Dia mengajak Sopāka berjalan-jalan bersamanya. Sopāka merasa senang si ayah tiri berkata dengan suara yang sangat lembut dan mengira ibunya yang meminta si ayah tiri untuk bersikap baik kepadanya. Dengan polos dia berpikir bahwa ayah tirinya telah berubah menjadi orang yang baik.

Maka dia pun keluar bersama ayah tirinya. Saat mereka berjalan di dekat tanah pekuburan, Sopāka berjalan merapat pada ayah tirinya, ia ketakutan melihat mayat-mayat yang mengerikan. Si ayah tiri tetap berjalan masuk ke daerah pekuburan. Sopāka bertanya-tanya mengapa ayah tirinya pergi ke sana, tetapi dia tidak berani menunggu sendirian di luar. Sopāka mengikuti ayah tirinya berjalan ke dalam. Si ayah tiri berjalan mendekati beberapa mayat yang berbau busuk, dan terdapat sebuah tali di dekat mayat tersebut. Sopāka merasa aneh dengan perbuatan si ayah tiri, namun karena takut maka dia merapat lagi ke ayah tirinya. Sopāka melihat ayah tirinya mengikat tali pada mayat dan menarik tali itu mendekati Sopāka. Dalam keadaan ketakutan dan bingung dengan apa yang mesti dilakukan, Sopāka hanya melihat ayah tirinya mengikat ujung tali satunya lagi di kedua tangannya. Saat dia sadar apa yang telah terjadi, dia meratap, *"Oh ayah, tolonglah, jangan lakukan ini! Saya takut,"* namun ayah tirinya pergi menjauh. *"Jangan tinggalkan saya di sini, saya takut."* Sopāka menangis. Dia mencoba melepaskan tali, tetapi talinya terlalu besar dan diikat dengan

sangat kuat di kedua tangannya. Dia mencoba untuk berjalan, tetapi dia tidak kuat menarik mayat yang terikat pada ujung tali yang lain. Dia terdiam di situ, dan sangat takut.

Hari sudah sangat gelap dan ada suara binatang di hutan di sekitar tempat Sopāka, sepertinya harimau atau macan tutul. Sopāka semakin kencang menangis dan berteriak sekuat tenaga meminta bantuan. Tidak ada orang di sana, dia benar-benar sendirian.

Di antara air matanya, Sopāka melihat ada cahaya yang terang. Apakah itu obor api? Akan tetapi cahaya itu jauh lebih terang dari obor api. Sopāka mendengar suara lembut memanggil namanya. Apakah dia sedang berkhayal? Suara yang lembut itu memanggil namanya lagi, sambil berkata, "*Jangan takut, Saya datang untuk membantumu.*" Tiba-tiba saja tali yang tadi mengikat tangannya begitu kuat menjadi longgar dan terlepas. Sopāka melihat Seorang Suci yang memakai jubah, dengan anak telinga yang panjang dan wajah yang lembut dan penuh kasih yang pernah dia lihat, dikelilingi oleh cahaya yang terang. Sopāka berpikir dia masih ada di tanah pekuburan, namun tiba-tiba dia sudah duduk di dalam sebuah bangunan bersama Seorang Suci. Beliau adalah Buddha, dengan kekuatan batinnya memutuskan tali dan membawa Sopāka ke Wihara Jetavana, yang jauh dari pekuburan. Di wihara, Sopāka mandi, mendapatkan pakaian yang bersih, dan makanan. Sopāka hanya diam, bingung, dan tidak percaya dengan apa yang telah terjadi.

Sementara ayah tiri Sopāka kembali ke rumah, dan dengan segera ibu Sopāka bertanya, "*Di mana anakku?*" Si ayah tiri menjawab, "*Dia lari pulang terlebih dulu. Saya kira dia sudah ada di sini.*" Ibu Sopāka sangat sedih, dia mencari ke sekeliling desa, memanggil nama anaknya, namun tidak menemukannya. Ibu Sopāka menangis sepanjang malam, lalu dia terpikir, "Orang-orang mengatakan Buddha tahu segalanya, mungkin saja Beliau tahu di mana anakku berada." Pagi-pagi sekali ibu Sopāka berangkat ke Wihara Jetavana. Buddha melihat ibu Sopāka begitu khawatir dengan air mata di wajahnya, dan Buddha bertanya, "*Saudari, mengapa kamu menangis?*" Dengan tersedu-sedu ibu Sopāka menjawab, "*Anak saya satu-satunya pergi berjalan-jalan dengan suami saya semalam tetapi dia tidak pulang. Dia sudah hilang semalaman.*"

Buddha menjawab dengan lembut, "*Saudari, anakmu di sini, dia aman bersama Saya.*" Ibu Sopāka tidak mengerti apa yang Beliau maksudkan, dan Buddha berkata, "*Kemarilah, Saya tunjukkan.*" Beliau mengajak ibu Sopāka ke sebuah ruangan dan menunjuk kepada seorang *bhikkhu* muda, rambut di kepalanya telah tercukur bersih, memakai jubah, dengan wajah yang cerah berseri-seri. Itu adalah Sopāka! Dia telah menjadi seorang *bhikkhu*! Ibunya sangat tenang melihat Sopāka telah aman, dia bisa hidup dengan kehidupan suci yang bebas dari perbuatan kekerasan ayah tirinya.

Buddha memberikan *Dhamma*, mengatakan bahwa tidak berguna jika mencari anak atau anggota keluarga tetapi tidak mencari jalan menuju ke *Nibbāna*. Ibu Sopāka menjadi siswa Buddha dan kemudian kembali pulang ke rumah.

PERTANYAAN:

1. Bagaimana kepribadian ayah tiri Sopāka?
2. Bagaimana kepribadian Sopāka?
3. Mengapa Sopāka pergi berjalan-jalan bersama ayah tirinya?
4. Mengapa dia pergi bersama ayah tirinya ke daerah pekuburan?
5. Apa yang terjadi saat Sopāka sendirian di tanah pekuburan?
6. Mengapa ayah tiri Sopāka meninggalkannya terikat pada mayat di pekuburan?

BUDDHA BERKATA:

*“Pāṇimhi ce vaṇo nāssa, hareyya pāṇinā viṣaṃ;
Nābbaṇaṃ viṣamanveti, natthi pāpaṃ akubbato.”*

“Jika seseorang tidak mempunyai luka di tangan, maka ia dapat menggenggam racun. Racun tidak dapat menyakiti tangan yang tidak terluka. Sama halnya tidak ada hal-hal buruk yang akan terjadi pada orang yang tidak melakukan perbuatan jahat.” - *Dhammapada* 124 (9:9)

❖ DISKUSI TENTANG KETEGUHAN HATI:

Sopāka yang malang dalam keadaan yang mengerikan, dia ditinggal sendirian di pekuburan. Bisa saja dia dalam kesedihan dan ketakutan selama sehari-hari, dan kemudian meninggal perlahan-lahan. Setelah beberapa saat di pekuburan, kemalangannya berubah secara drastis. Sekejap apa pun si ayah tiri, dengan perbuatannya ingin menyingkirkan Sopāka dengan cara yang sangat mengerikan, tidak dapat menghancurkan Sopāka kecil dan tidak dapat membuatnya menderita untuk waktu yang lama. Mengapa? Buddha menyelamatkan Sopāka dengan kekuatan yang menakjubkan. Menurutmu apakah Buddha menyelamatkan semua orang yang tidak bahagia atau menderita? Akankah beliau menggunakan kekuatan batinnya untuk membawa siapa saja ke wihara?

Dalam pelajaran sebelumnya, kita mempelajari tentang hukum *kamma*, jika kita melakukan perbuatan jahat (*pāpakamma*), kita akan menderita akibat perbuatan jahat tersebut, jika kita berbuat baik (*puñṇakamma*), apa yang akan terjadi? Cepat atau lambat kita akan menikmati buah yang baik dari hasil perbuatannya. Apa yang akan terjadi jika Sopāka adalah orang yang melakukan banyak perbuatan jahat? Dia akan mengalami penderitaan atas perbuatan jahatnya. Mungkin saja dia akan mati di tanah pekuburan. Sopāka adalah orang yang baik hati dan tidak berbuat jahat. Mungkin saja karena *kamma* buruknya di kehidupan lampau yang mengakibatkan dia mengalami kekerasan dari ayah tirinya. *Kamma* lampau Sopāka tidak begitu buruk yang tidak mengakibatkan dia harus

mati terlantar di tanah pekuburan. Sopāka hanya menderita sebentar sebelum Buddha menyelamatkannya. Akhirnya Sopāka dapat hidup dengan sangat beruntung sebagai seorang *bhikkhu*, tinggal di wihara bersama Buddha. Sopāka dilindungi secara penuh oleh Buddha, *Dhamma* dan *Saṅgha*. Sekejam apa pun yang akan dilakukan oleh ayah tirinya, Sopāka tidak dapat disentuh lagi. Sopāka tidak perlu takut lagi selamanya.

Sekali bersama Buddha, mempratikkan *Dhamma*, Sopāka sudah tidak akan tersentuh oleh kejahatan lagi, dia sudah terlindungi sepenuhnya. Buddha mengajarkan, orang yang tidak berbuat jahat tidak akan tersentuh oleh kejahatan. Beliau mengumpamakan orang yang tangannya terlindung oleh kulit yang sehat, yang memegang racun tetapi tidak akan teracuni. Racun tidak dapat masuk ke dalam tubuhnya karena terlindung oleh kulit. Apa yang akan terjadi bila ada tangan yang terluka dan memegang racun? Dengan mudah dia akan terkena racun. Racun dapat meresap ke dalam tubuh melalui bagian yang lemah atau luka dan orang tersebut akan menjadi menderita atau akan menemui ajalnya.

Begitu juga, jika kita memiliki bagian yang lemah dari perilaku kita, maka orang lain akan berbuat jahat dan mencelakai kita. Apa artinya bagian lemah dari perilaku? Artinya kebencian, keserakahan, kemarahan, egois, atau sikap-sikap yang negatif. Jika ada orang yang melakukan sesuatu yang tidak adil kepada kita, dan kita ada perasaan benci terhadapnya, maka kita akan merasakan hal buruk merasuki, sehingga kita melakukan kejahatan hingga timbul banyak pikiran negatif, ucapan dan perbuatan yang penuh kebencian. Sebaliknya jika tidak memiliki rasa benci, maka tidak ada kejahatan yang dapat menghampiri. Jika seseorang tidak adil kepada kita, seperti tangan yang sehat memegang racun, racun tidak masuk ke dalam tubuh, kita tidak akan terpengaruh oleh kejahatan karena tidak ada kebencian di hati kita.

Sebagai tambahan, seperti yang sering dikatakan, *Dhamma* melindungi kita, semakin kita mengikuti *Dhamma*, maka kejahatan akan semakin jauh dari kita. Jika kita benar-benar mempratikkan *Dhamma*, tidak melakukan perbuatan jahat dan tidak mengucapkan kata-kata yang tidak baik, maka kita tidak perlu takut hal yang tidak baik terjadi pada kita. Mengapa? Karena kita dilindungi oleh *Dhamma*, oleh perbuatan baik kita, kata-kata baik kita dan pikiran baik kita. Seperti Sopāka dan Yang Mulia Āṅgulimāla, kita akan menderita karena perbuatan jahat di kehidupan **masa lampau kita**. Kita harus menderita sebagai buah perbuatan jahat di kehidupan **masa lampau kita**. Kita dapat menanggung semua ini dengan sabar dan kita tidak akan berbuat kejahatan lagi (*pāpakamma*) di kehidupan sekarang, kita akan mempunyai kehidupan yang penuh kebahagiaan di masa yang akan datang.

Pilihan ganda: Lingkari jawaban yang paling benar.

1. Saat Sundarī dan beberapa pertapa mencoba menghancurkan nama baik Buddha, dan penduduk desa menghina para *bhikkhu*, apa yang Buddha nasihatkan untuk dilakukan oleh para *bhikkhu*?
 - a) pergi menjauh
 - b) lapor kepada Buddha
 - c) katakan kepada penduduk desa bahwa orang yang berbohong dan berbuat kejahatan tetapi mengaku tidak berbuat akan menderita
 - d) menghina penduduk desa

2. Apa yang dapat kamu lakukan untuk menghindari gangguan dari orang yang menghina kamu?
 - a) laporkan kepada guru
 - b) merasa malu
 - c) suruh orang tersebut untuk diam
 - d) diam dan ingat bahwa kamu adalah orang baik

3. Mengapa *bhikkhu* lain tidak merawat *bhikkhu* yang sedang sakit?
 - a) *bhikkhu* yang sakit tidak pernah membantu mereka
 - b) mereka tidak tahu bagaimana merawat orang sakit
 - c) mereka tidak tahu bahwa dia sakit
 - d) penyakit yang diderita sungguh menjijikkan

4. Orang yang bagaimana yang harus kita bantu?
 - a) *bhikkhu*
 - b) orangtua
 - c) orang yang tidak pernah membantu kita
 - d) orang yang tidak kita kenal
 - e) a sampai d

5. Visākhā memberikan hadiah untuk *Saṅgha*, di bawah ini apa yang TIDAK diberikan?
 - a) vihara
 - b) obat-obatan
 - c) perhiasan-permata
 - d) makanan
 - e) peralatan mandi
 - f) bubur

6. Jika kita melakukan kebajikan (*puññakamma*), maka kita akan mendapatkan:

- a) perlindungan
- b) keteguhan hati
- c) kebahagiaan
- d) nasib baik
- e) penderitaan berkurang
- f) percaya diri
- g) a sampai e
- h) a sampai f

7. Kapan kita harus melakukan kebajikan?

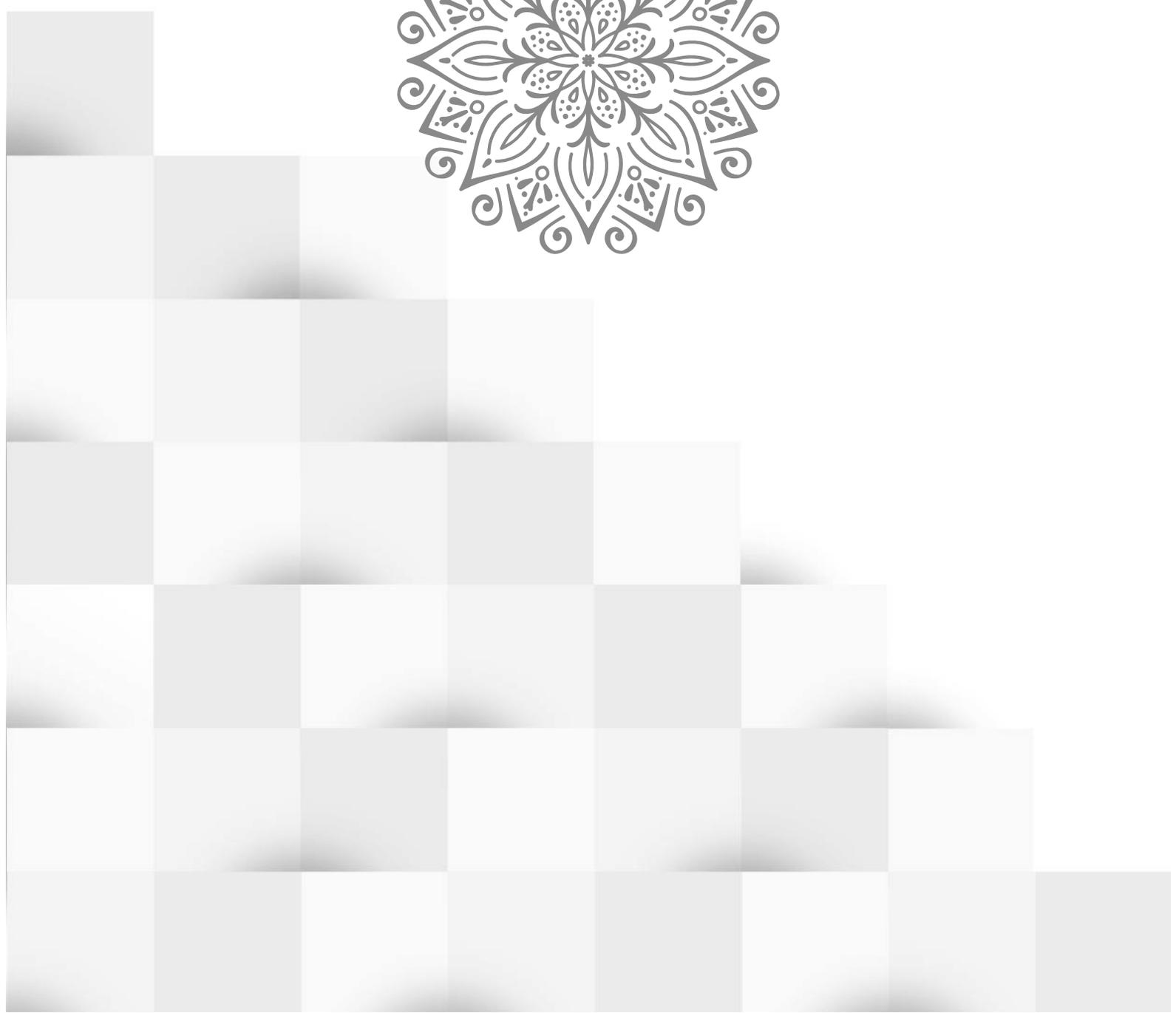
- a) saat kita semakin dewasa
- b) kapan saja kita bisa
- c) saat orangtua kita memintanya
- d) saat kita harus melakukannya
- e) a dan c

8. Apa yang kamu perlukan untuk bermeditasi?

- a) usaha (*viriya*)
- b) keteguhan hati
- c) tempat yang tenang dan bersih
- d) tekun (*appamāda*)
- e) a, b, dan d
- f) a, c, dan d
- g) b dan c
- h) a, b, dan c

9. Jika kita berbuat salah, kita harus:

- a) tidak membicarakannya
- b) menyelesaikan masalah
- c) memberitahu kepada teman kita
- d) akui apa yang telah kita lakukan
- e) minta maaf
- f) a dan b
- g) b, d dan e
- h) c dan e



Kemarahan Devadatta



Bab 29

Kemarahan Devadatta

Devadatta adalah saudara sepupu Pangeran Siddhattha, seorang pangeran suku Sākya yang sewaktu kecilnya memanah jatuh seekor angsa dan bertengkar dengan Pangeran Siddhattha karena Pangeran Siddhattha yang mendapatkan angsa tersebut. Devadatta kemudian ditahbiskan menjadi *bhikkhu*. Setelah menjadi *bhikkhu* selama bertahun-tahun, dia masih mempunyai nafsu keinginan akan kekuasaan, pemujaan, dan ingin dihormati. Dia berpikir, “Jika ada seorang yang kaya mengabdikan kepada saya, saya akan mendapatkan kekuatan, rasa hormat, dan apa saja yang saya inginkan.” Devadatta mendatangi Pangeran Ajātasattu, putra seorang raja yang baik dan berkuasa yaitu Raja Bimbisāra. Saat bertemu sang pangeran, Devadatta menggunakan kekuatan batinnya untuk berubah menjadi seorang anak kecil dengan ular melingkar di tubuhnya, untuk menarik perhatian pangeran. Pangeran Ajātasattu ketakutan, mengira bahwa ini semacam makhluk yang kuat. Devadatta berkata, “Apakah kamu takut?” Pangeran Ajātasattu menjawab, “Ya. Siapa kamu?” Dia menjawab, “Saya Devadatta.” Sang Pangeran menjawab, “Tunjukkan dirimu dalam bentuk yang sebenarnya.” Devadatta lalu kembali ke bentuk normalnya sebagai seorang *bhikkhu*.

Pangeran merasa terkesan dan mengira bahwa Devadatta adalah seorang *bhikkhu* yang hebat dan mempunyai kekuatan hebat. Pangeran melayani Devadatta dengan penuh pengabdian dan memberikan banyak hadiah. Devadatta merasa sangat terhormat dan terkenal, karena dilayani dengan sangat baik oleh Pangeran Ajātasattu yang agung. Setelah mendapatkan yang dia inginkan dia mempunyai keinginan lain lagi, dia menginginkan sesuatu yang lebih, yaitu memimpin *Saṅgha*. Keinginan ini membuat kekuatan batin (kesaktian) Devadatta hilang.

Para *bhikkhu* mendengar kabar tentang ketenaran Devadatta, hadiah-hadiahnya dan kehormatannya, dan memberitahu kepada Buddha, Buddha berkata, “Hadiah-hadiah, ketenaran, dan kehormatan Devadatta akan mengurangi kebajikannya; semua itu akan menjadi kehancuran bagi dirinya.”

Suatu hari, Devadatta menemui Buddha yang sedang bersama para *bhikkhu*, lalu berkata, “*Bhante, Anda sudah semakin tua dan lemah. Anda harus beristirahat, santai dan menikmati apa yang telah didapatkan. Saya yang akan mengurus Saṅgha.*” Buddha menjawab, “*Itu tidak perlu, Devadatta. Janganlah berpikir untuk mengambil alih Saṅgha.*” Devadatta meminta kedua kali dan ketiga kalinya, lalu Buddha berkata, “*Saya bahkan tidak mengizinkan Sāriputta dan Moggallāna untuk mengurus Saṅgha. Bagaimana saya bisa mengizinkan kamu untuk mengurusnya?*” Devadatta merasa sangat marah dan malu karena Moggallāna dan Sāriputta dipuji. Devadatta hanya diam membungkuk hormat kepada Buddha lalu pergi.

Keinginannya untuk memimpin *Saṅgha* gagal, Devadatta merasa sangat terhina sehingga membuatnya begitu marah dan mulai berpikiran jahat yang dipenuhi rasa kebencian dan balas dendam. Devadatta pergi menemui Pangeran Ajātasattu dan mengatakan bahwa pangeran tidak akan hidup lama, sehingga tidak akan berkuasa sebagai seorang raja, karenanya dia harus segera menjadi raja dengan membunuh ayahnya Raja Bimbisāra. Devadatta merencanakan menjadi pemimpin *Saṅgha* yang baru dengan membunuh Buddha Gotama. Pangeran Ajātasattu yakin bahwa Devadatta sangat hebat, maka dari itu dia mengikuti nasihatnya, Pangeran Ajātasattu masuk ke istana raja dengan menyelipkan sebuah pisau di lengannya, tetapi para penjaga menangkapnya, penjaga bertanya apa yang akan Pangeran Ajātasattu lakukan. Pangeran Ajātasattu mengakui ingin membunuh ayahnya, sang raja. Para penjaga bertanya mengapa dia berkeinginan demikian, dan Pangeran Ajātasattu berkata, “*Yang Mulia Devadatta.*” Pangeran dibawa menghadap raja, raja bertanya, “*Mengapa kamu ingin membunuh saya?*” Pangeran menjawab, “*Saya menginginkan kerajaan.*” Akhirnya raja memberikan takhta kerajaan kepada Pangeran Ajātasattu.

Devadatta meminta Ajātasattu mengirim orang untuk membunuh Buddha. Kemudian orang tersebut pergi ke tempat Buddha berada, setiba di sana dia malah merasa ketakutan dan tubuhnya kaku. Buddha memanggil orang tersebut, dia meletakkan senjata dan menghormat kepada Buddha dan mengakui keinginan bodoh dan jahatnya untuk membunuh Buddha. Buddha berkata karena dia tahu dan mengakui kesalahannya, dia dimaafkan. Dia mendengar Buddha mengajarkan *Dhamma* dan menjadi siswa Buddha.

Mendengar apa yang terjadi, Devadatta memutuskan dia sendiri yang akan membunuh Buddha. Devadatta memanjat ke puncak bukit burung pemakan bangkai; saat Buddha berjalan tepat di bawah bukit tersebut Devadatta lalu mendorong sebuah batu besar ke bawah untuk membunuh Buddha. Saat batu bergelundungan ke bawah, batu tersebut terjepit di antara dua buah batu lainnya dan hanya pecahan-pecahan tajam yang jatuh melukai kaki Buddha hingga berdarah. Buddha melihat ke atas dan memberitahu Devadatta bahwa itu adalah *kamma* buruk. Devadatta kelihatannya tidak peduli, secepat itu pula dia mempunyai rencana kedua.

Devadatta pergi ke sebuah kandang tempat seekor gajah ganas pembunuh manusia yang bernama Nālāgiri berada, Devadatta memberi tahu para penjaga gajah bahwa dia dan raja akan menambah upah dan makanan mereka, dengan berkata, *“Bila Bhikkhu Gotama datang, lepaskan gajah itu.”* Hari berikutnya, saat Buddha dan para *bhikkhu* berjalan ke kota untuk menerima derma makanan, penjaga gajah melihat kedatangan mereka dan melepaskan Nālāgiri ke jalan. Nālāgiri menaikkan belalai, ekor, dan telinganya dan berlari mengarah ke Buddha. Para *bhikkhu* segera memperingatkan Buddha untuk berbalik, namun Buddha berkata, *“Tidaklah mungkin hidup seorang Buddha diambil dengan cara kekerasan.”* Orang-orang yang berada di dekat Buddha cemas dengan apa yang akan terjadi. Buddha memancarkan cinta kasih kepada Nālāgiri, kemudian gajah tersebut menurunkan belalainya dan berjalan perlahan ke arah Buddha. Buddha menepuk kening Nālāgiri dengan penuh kasih sayang. Nālāgiri mengambil sedikit pasir di sekitar kaki Buddha dan menyiramkannya ke kepalanya, dengan perlahan berjalan kembali ke kandang, Nālāgiri kemudian menjadi seekor gajah yang jinak dan tenang. Orang-orang di kota tahu bagaimana Devadatta mencoba membunuh Buddha, seiring dengan itu ketenaran dan rasa hormat kepada Devadatta menjadi hilang.

PERTANYAAN:

1. Mengapa Devadatta mengunjungi Pangeran Ajātasattu?
2. Apa yang diinginkan oleh Devadatta?
3. Mengapa Devadatta begitu marah kepada Buddha?
4. Bagaimana cara Devadatta mencoba membunuh Buddha?
5. Mengapa Devadatta tidak dapat membunuh Buddha?
6. Bagaimana Buddha menjinakkan Nālāgiri?

BUDDHA BERKATA:

*“Paradukkhūpadhānena, attano sukhamicchati;
Verasaṃsaggasaṃsaṭṭho, verā so na parimuccati.”*

“Terjerat oleh kemarahan, orang yang menginginkan kebahagiaan bagi dirinya sendiri dengan menyebabkan penderitaan pada orang lain, maka dia tidak akan pernah terbebas dari jerat kemarahan.” -*Dhammapada* 291 (21:2)

❖ DISKUSI TENTANG MENGENDALIKAN KEMARAHAAN:

Devadatta mempunyai beberapa keinginan seperti yang diinginkan oleh banyak orang, dia ingin dipuja, dia ingin terkenal atau disukai orang-orang yang berkuasa, dia menginginkan barang-barang bagus, dan ingin memamerkan betapa terkenalnya dia. Dengan keinginan-keinginan demikian, dia berteman dengan Pangeran Ajātasattu demi kepentingannya yang egois. Setelah pangeran memberikan apa yang dia inginkan, apakah dia senang? Ya, tetapi hanya sesaat. Seperti yang kita ketahui, memiliki satu keinginan akan diikuti oleh keinginan berikutnya. Mendapatkan apa yang kita inginkan, tidak selamanya membuat kita bahagia untuk waktu yang lama. Selalu ada lagi yang diinginkan. Devadatta ingin memimpin *Saṅgha*. Buddha menolak permintaannya, oleh sebab itu dia menjadi frustrasi dan akhirnya marah.

Saat kita marah, apakah kita bisa berpikir dengan jernih? Biasanya tidak. Kemarahan membuat pikiran begitu terganggu sehingga kita tidak dapat berkonsentrasi atau menikmati sesuatu. Kita hanya berpikir tentang apa yang kita inginkan, siapa yang dapat membantu kita mendapatkan sesuatu, dan siapa yang menghalangi apa yang kita inginkan. Kita iri kepada orang yang memiliki barang yang kita inginkan, kita merasa ingin menyerang orang yang menghalangi kita untuk mendapatkan sesuatu, kita merasa dendam kepada orang yang mengambil sesuatu dari kita, dan kita memikirkan cara-cara untuk memaksa mendapatkan apa yang kita inginkan. Pikiran yang demikian membuat kita lupa akan *Dhamma*, lupa cara untuk tenang, dan berbahagia.

Terjerat oleh perasaan marah, hanya akan membuat kita semakin banyak keinginan, frustrasi, dan penuh kemarahan. Kita ingin mendapatkan **sesuatu**, kita ingin orang lain berbuat sesuatu sesuai dengan apa yang kita inginkan, kita ingin melukai orang yang mengambil sesuatu yang kita sukai, atau melukai orang yang menghalangi apa yang kita inginkan. Kita mengira bahwa kita akan bahagia bila melakukan sesuatu dengan cara kita. Maka kita akan mulai berbicara dan melakukan banyak cara untuk mendapatkan apa yang kita inginkan. Jika kita berbicara sesuai dengan pikiran kita, apa yang akan kita katakan? Kata-kata yang penuh kemarahan, penghinaan, dan pembicaraan yang tidak baik tentang orang lain. Jika kita berbuat sesuai dengan pikiran kita, apa yang akan kita lakukan? Bertengkar, mencuri, atau melakukan sesuatu yang dapat melukai orang lain. Akibat dari kemarahan, kita tidak dapat berpikir dengan jelas, dengan bodoh kita berpikir jika kita melukai orang lain untuk mendapatkan yang kita inginkan, kita akan menjadi lebih bahagia. Ini semua adalah *kamma* buruk (*pāpakamma*) kita semua tahu apa akibatnya.

Sumber utama dari semua masalah adalah keinginan. Jika kita dapat lebih berpuas diri dan mengurangi keinginan kita, kita dapat mengendalikan kemarahan kita dan menghindari banyak kesulitan dan penderitaan. Bagaimana kita dapat lebih berpuas diri? Secara alami kita ingin merasa nyaman dan mendapatkan apa yang kita inginkan. Setiap orang mempunyai keinginan yang

demikian, namun kita harus tahu apa yang benar-benar dibutuhkan dan apa yang tidak benar-benar penting. Apakah kita menginginkan sesuatu hanya karena teman kita memilikinya? Apakah kita ingin sesuatu yang baru karena kita bosan dengan yang kita miliki? Ini adalah contoh-contoh pertanyaan yang kita tanyakan kepada diri kita untuk melihat apa yang benar-benar penting.

Buatlah *Flowchart*!

Gambarlah sebuah *flowchart* di atas kertas, bagaimana keinginan dapat mencederai orang lain, dan menyebabkan hal buruk di masa yang akan datang:

Kotak pertama diberi label “**keinginan**,” dengan dua tanda panah yang satu mengarah kepada kotak yang ditandai “**keinginan tercapai**” dan “**keinginan tidak tercapai**.”

Bagian kotak “Keinginan tercapai” ada satu tanda panah yang mengarah ke kotak pertama.

Bagian “keinginan tidak tercapai” ada satu anak panah yang mengarah kepada kotak bertanda “frustrasi”.

Di kotak “frustrasi” arahkan anak panah kepada kotak “kemarahan.”

Di kotak “kemarahan” buatlah tiga tanda panah:

- 1) mengarah kepada kotak dengan tanda “benci kepada orang yang menghalangi saya untuk mendapatkan apa yang saya inginkan”
- 2) mengarah kepada kotak dengan tanda “iri kepada orang yang memiliki apa yang saya inginkan”; dan
- 3) mengarah kepada kotak yang bertanda “mencuri atau memaksa, mengancam atau berbohong untuk mendapatkan apa yang saya inginkan.”

Kotak yang terakhir (3) arahkan sebuah anak panah kepada kotak yang bertanda “orang lain marah kepada saya.”

Kotak (1) dan (2) (benci dan iri) diberi tanda panah pada kotak yang bertanda “keinginan jahat pada orang lain.”

Terakhir, kotak-kotak “orang marah kepada saya” dan “keinginan jahat” dengan tanda panah menuju ke kotak “ucapan marah, perbuatan mencelakai.”

Kotak terakhir (ucapan marah, perbuatan mencelakai) arahkan satu tanda panah yang mengarah kepada tanda “buah dari karma jahat: penderitaan, masa depan tidak bahagia, kelahiran kembali yang tidak bahagia”.

Tuliskanlah Cara Mengendalikan Kemarahan!

Tuliskanlah di atas kertas cara mengendalikan kemarahan, lalu tempelkan di kamarmu sehingga dapat membantumu saat kamu marah. Di bawah ini ada beberapa saran:

Tutup mata

Hitung hingga sepuluh sebelum bicara

Ingat bahwa ketenangan adalah senjata paling baik

Ingat bahwa kemarahan membuang-buang energi saya

Pikirkan sifat-sifat baik dari orang yang membuat Anda sedih

Ingatlah bahwa orang yang melukai orang lain, melukai diri sendiri dan menciptakan karma buruk

Minumlah air dingin atau jus

Minumlah susu dan ucapkan dalam hati terima kasih kepada sapi yang telah memberikan susu

Tarik nafas secara mendalam — nafas keluar marah, nafas masuk damai

Berbaringlah

Dengarkan musik

Keluar rumah, nikmati alam sekitar

Berjalan-jalan

Mandi

Lihatlah ke cermin, pastikan tidak terlihat sedang marah

Kerjakan PR

Baca sebuah buku

Bernyanyi atau memainkan instrumen musik

Menulis buku harian

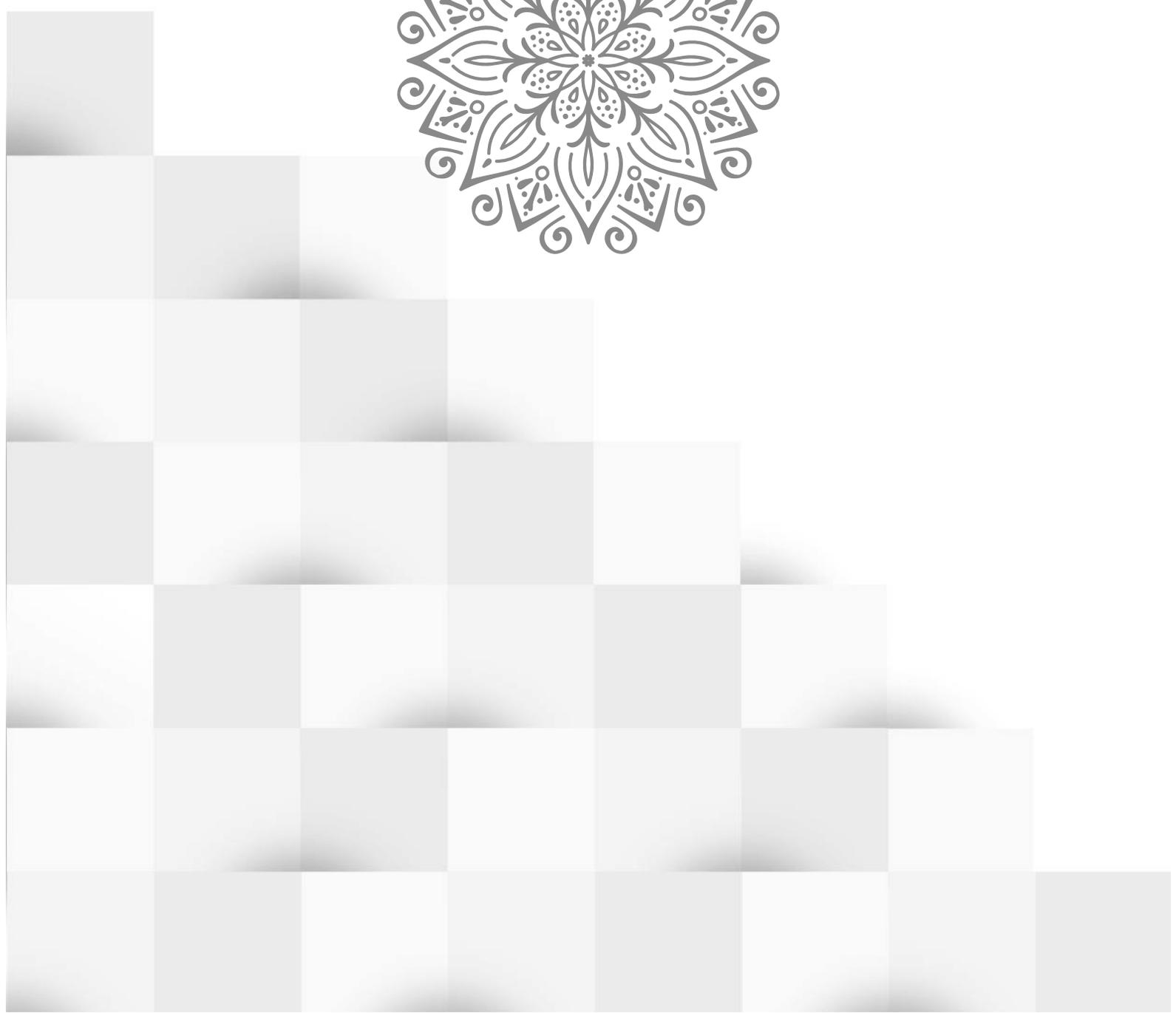
Membaca *paritta* atau berdoa

Hindari orang-orang yang membuat kamu bersedih

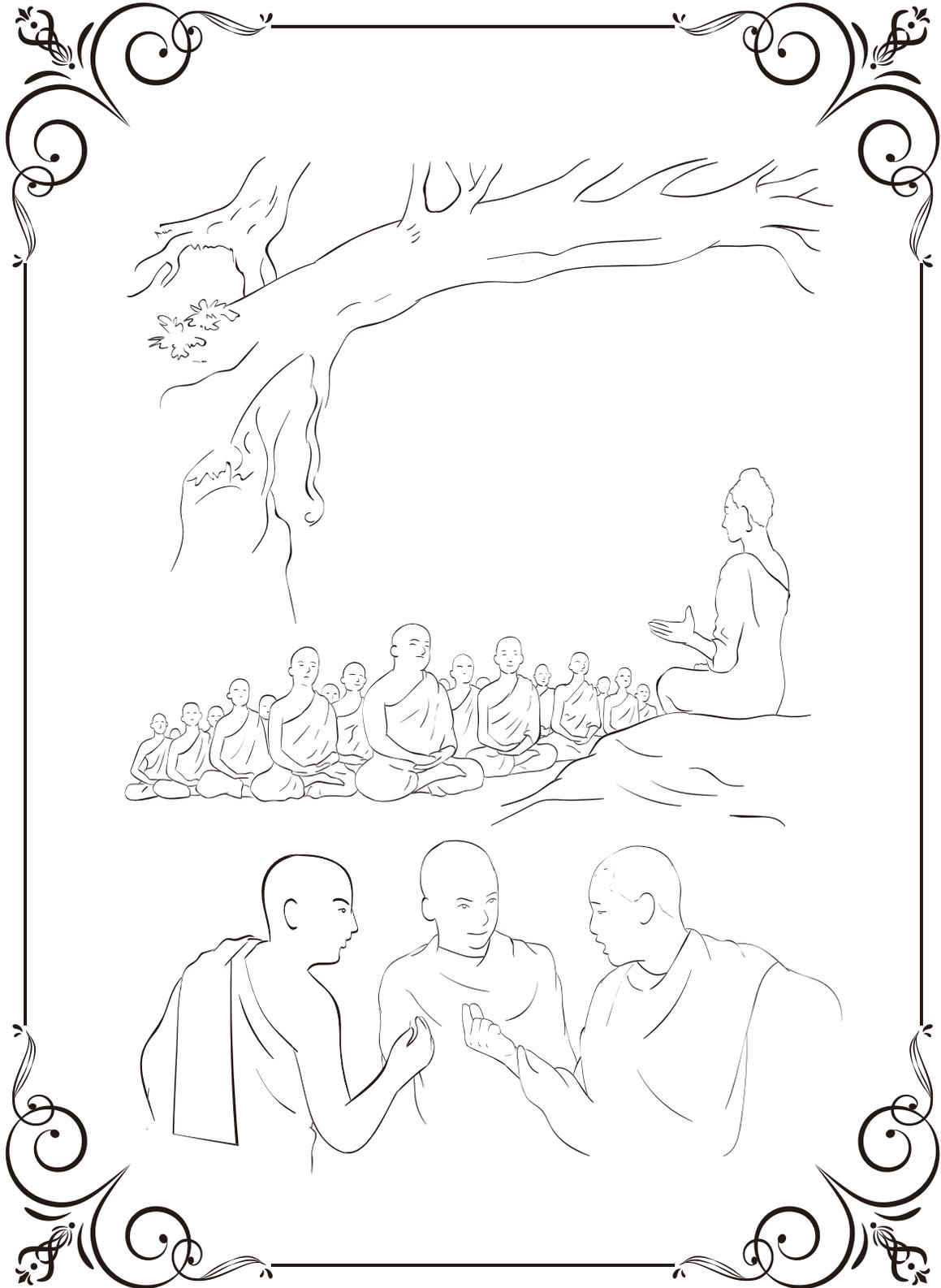
Ceritakan kepada teman apa yang sedang dipikirkan, cobalah tertawa atas semua itu

Melukis sebuah gambar atau kartun

Membersihkan kamarmu



Devadatta Memecah Belah *Saṅgha*



Bab 30

Devadatta Memecah Belah *Saṅgha*

Devadatta setelah kehilangan nama baiknya karena mencoba membunuh Buddha, tidak ingin Buddha mendapat semua pemujaan, rasa hormat, dan perhatian. Devadatta memikirkan cara lain untuk menghancurkan Buddha. Devadatta membicarakan sesuatu kepada temannya Kokālika, dan dia berkata, *“Kita buat para bhikkhu pengikut Gotama saling tidak akur.”* *“Bhikkhu Gotama sangat kuat, bagaimana kita bisa melakukannya?”* tanya Kokālika, Devadatta mempunyai ide, *“Mari kita ajukan lima disiplin keras yang dapat meningkatkan pengendalian diri seorang bhikkhu. Buddha tidak akan menyetujui, tetapi orang-orang akan merasa bahwa itu semua sangat baik bagi mereka, karena mereka sangat mengagumi latihan pengendalian diri yang keras.”*

Maka Devadatta bersama para *bhikkhu* pendukungnya pergi menemui Buddha. Mereka membungkuk memberi hormat, kemudian Devadatta berkata, *“Yang Mulia mengajarkan kami bahwa baik memiliki sedikit keinginan, merasa puas, dan melenyapkan kotoran batin. Menurut saya lima cara ini dapat membawa ke tujuan tersebut: (1) bhikkhu selamanya hidup di hutan, bukan di desa-desa; (2) mereka hanya mengemis makanan, tidak menerima makanan di rumah-rumah orang; (3) mereka hanya memakai kain bekas yang dijahit sebagai jubah, dan tidak menerima jubah dari perumah tangga; (4) mereka hanya tinggal di bawah pohon, bukan di dalam bangunan; dan (5) mereka tidak makan ikan maupun daging, bila mereka memakannya maka akan dihukum.”* Buddha berkata, *“Biarkanlah mereka memilih sendiri keinginan mereka apakah mau tinggal di hutan atau di desa, biarkanlah mereka memilih sendiri apakah mau menerima derma makanan atau mau makan di rumah-rumah, biarkanlah mereka memilih memakai kain bekas atau memakai jubah dari perumah tangga, dan biarkanlah mereka memilih tinggal di bawah pohon asalkan tidak pada musim hujan. Ikan dan daging boleh dimakan asalkan tidak melihatnya saat disembelih, tidak didengar, atau bukan disembelih karena keinginan dari bhikkhu tersebut.”*

Devadatta sangat gembira karena rencananya berhasil, dia berkata, “*Buddha tidak mengizinkan lima permintaan ini.*” Devadatta dan pengikutnya membungkuk hormat dan pergi. Devadatta pergi ke kota Rājagaha, dan memberitahu orang-orang ada lima aturan yang ditolak oleh Buddha dan mengatakan dia dan pengikutnya bersumpah untuk mengikuti aturan tersebut. Beberapa orang terpengaruh oleh Devadatta, mereka berpikir, “Para *bhikkhu* ini benar-benar bisa mengendalikan diri, namun Bhikkhu Gotama lebih menyukai kemewahan.”

Para *bhikkhu* lain mendengar hal ini, dan melaporkan kepada Buddha, Buddha bertanya kepada Devadatta, “*Apakah kamu mencoba untuk membuat perpecahan dalam Saṅgha?*” Devadatta mengakui dia memang bermaksud demikian. Buddha berkata kepadanya, “*Jangan menciptakan perpecahan dalam Saṅgha. Ini merupakan kamma yang sangat buruk yang dapat menyebabkan kehidupan di alam neraka. Menyatukan Saṅgha akan mendapatkan berkah yang besar dan akan terlahir di alam surga.*”

Suatu pagi saat Yang Mulia Ānanda pergi untuk menerima derma makanan, Devadatta melihat dia dan berkata, “*Sahabatku Ānanda, mulai hari ini saya akan berjalan dengan Saṅgha saya sendiri terpisah dari Saṅgha Buddha Gotama.*” Devadatta lalu menemui banyak *bhikkhu* dan meminta mereka untuk memilih apakah akan menerima lima peraturan tambahan dari Devadatta atau tidak. Lima ratus *bhikkhu* baru memilih menerima peraturan tersebut. Sehingga Devadatta membawa kelima ratus *bhikkhu* ini bersamanya ke kota lain.

Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna memberitahu Buddha tentang apa yang telah Devadatta lakukan. Buddha memberitahu agar mereka segera mengejanya supaya tidak terjadi perpecahan. Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna menuju ke tempat Devadatta yang sedang mengajar sekumpulan orang dan 500 *bhikkhu*. Devadatta mengumumkan, “*Lihatlah, para bhikkhu, saya mengajarkan Dhamma dengan baik. Bahkan murid utama dari Bhikkhu Gotama mendatangi saya.*” Kokālika memperingatkan Devadatta untuk tidak mempercayai Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna, namun Devadatta berkata mereka bisa diterima karena mereka datang untuk mendengarkan ajarannya. Setelah mengajar sesaat, dia mengundang Yang Mulia Sāriputta untuk mengajar, karena punggung Devadatta terluka. Devadatta lalu berbaring sama seperti posisi Buddha saat dia berbaring dan tertidur.

Yang Mulia Sāriputta mengajarkan *Dhamma* kepada sekelompok *bhikkhu*, bergantian dengan Yang Mulia Moggallāna, memberikan *Dhamma*. Mendengar *Dhamma* dari Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna, para *bhikkhu* yang berkumpul benar-benar dapat mengerti akan ajaran Buddha bahwa semua yang muncul akan lenyap. Yang Mulia Sāriputta berkata bahwa dia akan kembali kepada Buddha dan bagi siapa saja yang percaya kepada Buddha *Dhamma* boleh bergabung dengannya. Saat Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna berdiri untuk pergi, kelima ratus *bhikkhu* pun turut pergi bersama dengan mereka. Kokālika melihat apa yang terjadi

dan membangunkan Devadatta, sambil berkata, "*Lihatlah, kamu seharusnya tidak mempercayai mereka.*" Devadatta sangat marah dan merasa iri, dia merasa seakan-akan darah panas keluar dari mulutnya.

Saat Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna kembali ke wihara tempat Buddha berada, Buddha memberitahu mereka bahwa Devadatta akan meninggal dalam keadaan yang mengenaskan karena mencoba meniru atau bertindak seolah-olah sebagai seorang Buddha. Beliau berkata pikiran Devadatta telah terobsesi untuk mendapatkan sesuatu, untuk jadi terkenal, dihormati, dan khawatir tidak mendapatkannya, tidak terkenal, tidak dihormati, memikirkan keinginan jahat, dan memiliki sahabat-sahabat yang jahat. Beliau mengatakan bahwa hal demikian akan membawa ke kelahiran yang tidak bahagia.

PERTANYAAN:

1. Mengapa Devadatta ingin membuat perpecahan dalam *Saṅgha*?
2. Apa saja lima aturan Devadatta!
3. Apakah Buddha setuju dengan aturan-aturan tersebut?
4. Apa yang Devadatta lakukan saat Buddha tidak menerima aturan yang dia buat?
5. Mengapa ada orang yang suka aturan-aturan dari Devadatta?
6. Apa yang Buddha katakan tentang apa yang akan terjadi pada Devadatta?

BUDDHA BERKATA:

*"Jayam veram pasavati, dukkham seti parājito;
Upasanto sukham seti, hitvā jayaparājayam."*

"Kemenangan menyebabkan permusuhan, yang kalah akan hidup dengan menderita. Setelah dapat membebaskan diri dari kemenangan dan kekalahan, orang yang penuh kedamaian akan hidup dengan bahagia." -*Dhammapada* 201 (15:5)

DISKUSI TENTANG MENGHINDARI KONFLIK:

Devadatta mempunyai keinginan yang kuat untuk menjadi terkenal, menjadi seorang guru *Dhamma* yang hebat, dipuja, dan dihormati oleh banyak siswa. Dengan kata lain, dia ingin menjadi populer. Devadatta marah kepada Buddha, karena tidak mengizinkan dia memimpin *Saṅgha*, yang membuat dia merasa tidak penting dan tidak berharga. Sehingga dia penuh dengan dendam. Devadatta mengira dia dapat menjadi bahagia jika dia menghancurkan nama baik Buddha dan menjadi pemimpin besar para *bhikkhu*. Dia mencoba untuk memecah belah para

bhikkhu, dengan demikian Buddha dan pengikutnya akan dimusuhi dan menjadi kalah, dia akan menjadi *bhikkhu* yang hebat, karena menang. Dia ingin “memenangkan” para *bhikkhu* di bawah kepemimpinannya dengan cara tipuan membuat para *bhikkhu* merasa dia lebih baik dan lebih disiplin daripada Buddha.

Tahukah kamu orang yang ingin populer dan egois, mementingkan diri sendiri dan arogan? Keadaan seperti ini dapat membuat orang tersebut memengaruhi orang lain, atau mengendalikan orang lain. Orang yang egois adalah orang yang tidak terlalu memerhatikan kebahagiaan orang lain, selagi mereka masih mau memuja dia dan melakukan apa yang dia inginkan. Dia mungkin mengatakan atau melakukan hal-hal yang menarik kepada mereka, agar menjauh dari musuhnya. Sehingga, dia mencoba membuat orang lain kelihatan tidak baik, mengatakan hal-hal yang tidak baik tentang mereka, menghina mereka, mengolok-olok mereka, dan menyebarkan kabar yang tidak benar. Sebagai orang yang egois, bisa saja dia berpakaian bagus dan memiliki *gadget* terbaru. Dia bisa saja meniru gaya pemusik atau bintang film, seperti Devadatta mencoba meniru Buddha. Sekelompok masyarakat, atau sekelompok teman terbentuk, mengikuti orang tersebut, dan terpengaruh oleh orang tersebut. Orang tersebut akan selalu mengendalikan orang lain, dan mengendalikan teman mereka. Sama dengan yang terjadi pada 500 *bhikkhu* terpengaruh oleh Devadatta, hingga Yang Mulia Sāriputta dan Yang Mulia Moggallāna datang memabarkan *Dhamma* kepada mereka.

Apakah kamu pernah bergabung ke suatu kelompok (*geng*), atau pernahkah kamu mencoba untuk menjadi salah satu dari mereka? Sebuah *geng* mungkin terlibat konflik dengan *geng* yang lain. Terkadang anggota *geng* berperilaku tidak baik, berbuat nekad, mengganggu, atau berkelahi. Jika ada orang yang masuk dalam *geng* tersebut dan dia tidak mau ikut melakukan perbuatan buruk, dia akan dicemooh, tersisihkan, atau menerima cercaan. Ini merupakan tekanan dari dalam *geng*. *Geng* yang demikian bukanlah teman sejati, karena mereka tidak berdasarkan cinta kasih dan welas asih.

Kita harus tahu dengan jelas siapa “teman sebenarnya”, jangan dipengaruhi oleh orang-orang dengan pemahaman yang salah, seperti 500 orang *bhikkhu* dikelabui untuk mengikuti Devadatta.

Kita harus ingat bahwa tidak penting mendapatkan atau kehilangan popularitas, mendapatkan atau kehilangan pujian dari *geng*. Mencoba mendapatkan popularitas akan membawa ke konflik dan akan menyebabkan sakit hati bila kalah dari saingan kita, atau saat menang kita khawatir saingan kita akan menyerang kita dengan berbagai cara.

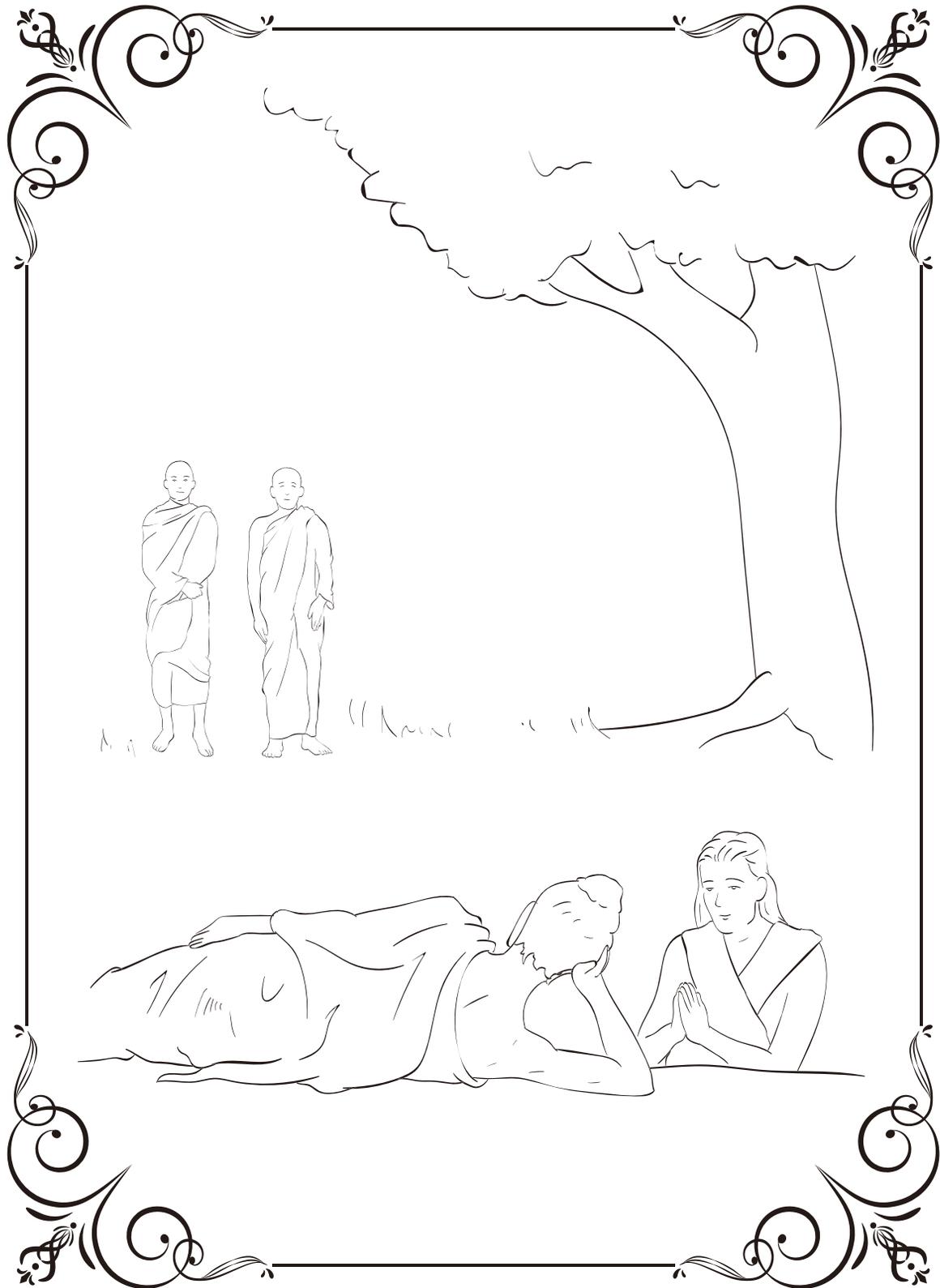
Mencari pasangan:

Untuk setiap kelompok kata, tariklah garis dari setiap kata pada kolom pertama ke penjelasan yang paling benar di kolom kedua:

Group A:	
Yang Mulia Sāriputta	Upacara berdana jubah pada akhir musim hujan.
Yang Mulia Aṅgulimāla	Orang yang murah hati mendonasikan sebuah wihara.
Yang Mulia Ānanda	Sepupu Pangeran Siddhattha yang membencinya.
Visākhā	Seorang siswa utama Buddha.
Anāthapiṇḍika	Seorang perempuan yang murah hati yang mendonasikan wihara dan makanan untuk para <i>bhikkhu</i> .
Sopāka	Pendamping Buddha yang membantu memandikan <i>bhikkhu</i> yang sakit.
Mahāpajāpatī Gotamī	Pembunuh yang menjadi seorang <i>bhikkhu</i> mulia.
Rāhula	Anak lelaki yang ditinggal di pekuburan.
Devadatta	Ibu tiri Siddhattha yang menjadi <i>bhikkhunī</i> pertama.
Kaṭhina	Anak dari Pangeran Siddhattha.

Group B:	
Kesabaran	Terlalu memerhatikan penampilan diri.
Berkah	Lawan kata dari balas dendam.
Penghinaan	Kepribadian yang kita dapatkan bila mempraktikkan <i>Dhamma</i> .
Rajin	Mengagumi sifat-sifat baik.
Keangkuhan	Yang diperoleh dengan menjalankan perbuatan baik dan mempraktikkan <i>Dhamma</i> .
Rasa hormat	Lawan kata dari arogan.
Yakin	Melakukan sesuatu dengan rasa niat dan perhatian penuh.

Buddha Tidak Menyia-nyiakan Waktu



Bab 31

Buddha *Parinibbāna*

Saat Buddha berusia 80 tahun, saat musim hujan, Beliau sakit keras, sakit parah yang dapat merenggut nyawa-Nya. Buddha berpikir, “Tidaklah baik wafat tanpa memberitahu para *bhikkhu*.” Beliau menyembuhkan penyakitnya dan menjadi segar kembali.

Yang Mulia Ānanda melihat bahwa Buddha terlihat lebih sehat, Yang Mulia Ānanda menjadi lega. Dia berkata, “*Bhante, saya sudah terbiasa melihatmu sehat dan segar. Saat Bhante sakit keras, saya menjadi lemah dan tidak dapat berpikir dengan jernih. Saya tahu Bhante tidak akan ke Nibbāna tanpa memberikan arahan kepada para bhikkhu.*” Buddha menjawab, “*Ānanda, apa yang diharapkan Saṅgha dari Saya? Saya mengajarkan Dhamma tanpa merahasiakan apa pun. Saya sudah tua, tubuh Saya seperti kereta tua yang perlu diperbaiki. Ini hanyalah pengalihan sementara agar terlihat lebih sehat, Saya harus mengonsentrasikan pikiran sehingga tidak memikirkan tubuh ini dan tidak memikirkan bagaimana rasanya. Kalian harus berlindung kepada Dhamma dengan penuh kesadaran, penuh perhatian, dan melepaskan ketamakan.*”

Suatu hari, Yang Mulia Ānanda sedang bersama Buddha, Buddha berkata, “*Ānanda, siapa pun yang telah berhasil menguasai dan menembus Empat Jalan (Mulia), jika dia mau, dia dapat hidup dalam waktu yang panjang. Tathāgata telah secara sempurna menguasai dan menembus Jalan tersebut, oleh karena itu, jika Beliau mau, Beliau dapat hidup dalam waktu yang panjang.*” Ini satu isyarat yang ditujukan Buddha kepada Yang Mulia Ānanda untuk meminta Buddha hidup lebih lama. Yang Mulia Ānanda tidak mengerti isyarat yang diberikan, dia sedang berkonsentrasi membaca *paritta*. Buddha dua kali mengulanginya, namun Yang Mulia Ānanda masih tidak menangkap maksud dari isyarat tersebut. Buddha berkata kepada Yang Mulia Ānanda bahwa dia sudah boleh meninggalkan Buddha, Yang Mulia Ānanda beranjak pergi.

Māra datang dan merayu Buddha untuk segera *Parinibbāna*. Buddha berkata tiga bulan lagi Beliau akan *Parinibbāna*. Terjadi gempa bumi, karena Buddha sudah memutuskan masa hidupnya.

Yang Mulia Ānanda bertanya kepada Buddha mengapa terjadi gempa bumi, kemudian saat Buddha memberitahu Yang Mulia Ānanda, tiba-tiba dia teringat akan apa yang dikatakan oleh Buddha tentang berusia lebih panjang. Yang Mulia Ānanda berkata “*Bhante, hiduplah lebih lama demi kemakmuran dan kebahagiaan orang banyak, atas dasar welas asih-Mu.*” Buddha berkata, “*Janganlah meminta sekarang, kesempatan untuk memintanya telah lewat. Saya telah memberikan isyarat, tetapi kamu tidak memintanya, karena itu Saya putuskan untuk tidak hidup lebih lama dan Saya tidak akan menarik kembali kata-kata Saya.*” Buddha memintanya untuk mengumpulkan semua *bhikkhu* yang ada di wihara.

Buddha berkata kepada mereka, “*Saya mengajarkan hal-hal yang Saya dapatkan sendiri. Kalian harus belajar, mempelajari, dan mempraktikkan, agar kehidupan suci dapat berlangsung terus demi kebaikan banyak orang, dengan welas asih kepada dunia. Semua akan menjadi tua dan mati. Dalam tiga bulan lagi, Buddha akan wafat dan mencapai Parinibbāna.*” Buddha menjelaskan bahwa *Dhamma* tidak akan menjadi tua dan tidak akan habis termakan waktu.

Seorang *bhikkhu*, Yang Mulia Dhammārāma, tidak mendatangi Buddha pada hari-hari terakhir Beliau, *bhikkhu* lain mengira dia tidak peduli kepada Buddha. Saat Buddha memanggil Yang Mulia Dhammārāma, dia menjelaskan kepada Buddha bahwa cara terbaik untuk menghormati Buddha adalah menjadi seorang *Arahat* sebelum Buddha wafat. Buddha memujinya dan berkata, “*Orang yang mencintai Buddha harus mencontoh Dhammārāma. Orang yang paling menghormati Buddha adalah orang yang mempraktikkan Dhamma dengan sangat baik.*”

Buddha menjadi semakin lemah dan sakit-Nya bertambah parah, namun Beliau tidak mengeluh. Beliau berjalan ke desa Kusinārā, Buddha berkata kepada Yang Mulia Ānanda untuk mengumumkan kepada penduduk Kusinārā bahwa pada saat malam berakhir, Beliau akan *Parinibbāna*, jadi janganlah bersedih saat merindukan Beliau.

Saat orang-orang sedang bersedih karena Buddha akan pergi selamanya, seorang pertapa pengelana bernama Subhadda mendatangi Buddha. Subhadda mendengar bahwa Buddha akan wafat, namun dia mempunyai satu pertanyaan dan ingin Buddha menjawabnya sesuai dengan *Dhamma*. Yang Mulia Ānanda berusaha menghentikan dia dengan berkata, “*Sahabat, jangan mempersulit Buddha, Beliau sangat lelah.*” Buddha mendengarnya, dan mengatakan kepada Yang Mulia Ānanda jangan menghalangi Subhadda untuk bertanya. Subhadda mendekati Buddha, bertanya dan Buddha menjawabnya. Subhadda kemudian berlindung kepada Buddha, *Dhamma*, dan *Saṅgha*. Buddha meminta Yang Mulia Ānanda menahbiskan Subhadda menjadi anggota *Saṅgha*, dan kemudian dia juga menjadi seorang *Arahat*.

Kata-kata terakhir Buddha adalah: “*Bhikkhu, berlebarnya sesuatu adalah alami. Kesempurnaan didapat dengan perjuangan yang giat.*”

PERTANYAAN:

1. Mengapa Buddha menyembuhkan penyakitnya?
2. Mengapa Yang Mulia Ānanda tidak meminta Buddha untuk hidup lebih lama saat diberikan isyarat?
3. Menurutmu mengapa Māra ingin Buddha segera mencapai *Parinibbāna*?
4. Mengapa Yang Mulia Dhammārāma tidak menemui Buddha?
5. Apa cara terbaik untuk menghormati Buddha?
6. Mengapa Buddha mengizinkan Subhadda menemui Beliau bahkan pada momen terakhir dari kehidupan Beliau?

BUDDHA BERKATA:

*“Uttiṭṭhe nappamajjeyya, Dhammaṃ sucaritaṃ care;
Dhammacārī sukhaṃ seti, asmim̐ loke paramhi ca.”*

“Bangun! Tekunlah! Tempuh kehidupan yang benar. Barang siapa yang hidup tekun mempraktikkan *Dhamma* akan hidup berbahagia di kehidupan sekarang dan di kehidupan yang akan datang.” -*Dhammapada* 168 (13:2)

❖ DISKUSI TENTANG TIDAK MENYIA-NYIAKAN WAKTU DAN KESEMPATAN:

Salah satu dari ajaran terpenting Buddha adalah bahwa semua yang muncul pasti akan lenyap. Tubuh kita, bahkan tubuh Buddha, juga menjadi tua dan harus lenyap. Kita berharap untuk berumur panjang, tetapi kita tidak tahu kapan hidup akan berakhir. Oleh karena itu Buddha mengajarkan kita untuk menggunakan waktu sebaik mungkin selama kita masih hidup dengan tubuh kita ini. Dengan kata lain, kita tidak boleh menyia-nyiakan waktu. Bagaimana kita menyia-nyiakan waktu? Menonton televisi, bermain *game*, menonton film, mengobrol di telepon? Kita harus sadar dan perhatikan apa yang benar-benar kita **lakukan** di setiap waktu kita. Kita boleh saja bermain, berolahraga, dan berekreasi, tetapi tidak boleh berlebihan.

Buddha memberikan contoh kepada kita untuk tidak menyia-nyiakan waktu. Buddha banyak mengajar bahkan pada hari terakhir saat Beliau dalam keadaan sakit parah. Walaupun saat Beliau mempunyai sisa waktu yang sangat sedikit sebelum wafat, Beliau bertemu dengan seorang siswa, mengajar *Dhamma*, dan menahbiskannya. Yang Mulia Ānanda, seorang *bhikkhu* besar, masih berpikir bahwa Buddha harus rileks dengan damai pada akhir hayatnya. Di sini menunjukkan bahwa berusaha dalam waktu yang sedikit dapat membuat satu perbedaan yang besar. Contoh lain tidak menyia-nyiakan waktu adalah—Yang Mulia Dhammārāma ingin menggunakan waktunya untuk

berpraktik *Dhamma* sebisa mungkin, agar dapat mencapai *Arahat*. Dia bahkan tidak ingin menyia-nyiakan waktu untuk mengunjungi Buddha.

Pelajaran yang didapatkan dari cerita ini adalah tidak menyia-nyiakan kesempatan. Yang Mulia Ānanda mempunyai kesempatan yang benar-benar bisa membuat perbedaan besar, membuat Buddha untuk hidup lebih lama. Seandainya Buddha hidup lebih lama pasti akan dapat menuntun orang lebih banyak lagi, namun Yang Mulia Ānanda menyia-nyiakan kesempatan besar ini karena dia tidak memerhatikan penuh (kata-kata Buddha). Banyak sekali kesempatan untuk membantu orang lain, berperilaku ramah, menunjukkan perhatian, dan melakukan pelayanan dengan tulus. Berapa banyak kita sudah kehilangan kesempatan karena tidak berperhatian penuh? Kita tidak tahu, karena kita tidak perhatian dan tidak ada orang yang memberitahu kita atas kesempatan yang hilang itu.

Kata-kata terakhir dari Buddha adalah nasihat bukan hanya untuk *bhikkhu*, tetapi untuk semua orang: **tekun**. Apa arti “tekun”? Melakukan sesuatu dengan penuh minat, perhatian dan usaha. Kata-kata ini menekankan betapa pentingnya memberikan perhatian pada apa yang harus dilakukan dan melakukannya dengan baik. Kita berpikir bahwa kita mempunyai banyak waktu, pada akhir kehidupan kita, kita baru akan berperilaku lebih baik, berbuat kebajikan (*puññakamma*), dan mengendalikan pikiran kita. Seperti yang kita pelajari di pelajaran terdahulu, kebiasaan terbentuk dengan apa yang kita lakukan sekarang. Sulit sekali mengubah kebiasaan saat kita makin dewasa. Jika kita mempunyai kebiasaan baik saat ini, hidup sesuai dengan *Dhamma* dan bermeditasi, maka akan jauh lebih mudah untuk mempertahankan sifat-sifat tersebut dan membuat kemajuan atas diri kita saat kita dewasa.

Sebuah jam dengan pesan:

Ambil selembar kain bekas, pita lebar atau kain flanel, tangkai es loli atau kertas tebal, tulis dengan rapi sebuah pesan “Jangan Menyia-nyiakan Waktu” dengan menggunakan pena, spidol atau *glitter glue*. Tempelkan pada jam kamu atau gunakan sebagai penyangga jam.

THE BUDDHIST PUBLICATION SOCIETY

BPS (BUDDHIST PUBLICATION SOCIETY) adalah badan amal yang diberi izin (diakui) dan didedikasikan untuk belajar agama Buddha, yang memiliki pesan penting untuk semua orang. BPS didirikan pada tahun 1958, BPS telah menerbitkan berbagai macam buku yang mencakup berbagai topik. Penerbitannya di antaranya termasuk terjemahan dari wacana Buddha beranotasi (catatan dari pengarang atau guru-guru di masa lalu) yang akurat, karya referensi standar, serta eksposisi kontemporer asli dari pemikiran dan praktik Buddhis. Karya-karya ini menghadirkan Buddhisme sebagaimana adanya—kekuatan dinamis yang telah memengaruhi pikiran si penerima selama 2.500 tahun terakhir dan masih relevan sampai hari ini. Untuk informasi lebih lanjut tentang BPS dan publikasi BPS, silakan kunjungi di situs web BPS, atau menulis e-mail, atau surat ke:

The Administrative Secretary

Buddhist Publication Society

P.O. Box 61

54 Sangharaja Mawatha

Kandy Sri Lanka

E-mail: bps@sltnet.lk

web site: <http://www.bps.lk>

Tel: 0094 81 223 7283 Fax: 0094 81 222 3679

NAMA HARUM DONATUR DHAMMADĀTĀ

Nama	Jumlah	Nama	Jumlah
Rita	6	Irawati Ignatius	1
Sugandha Widjaja	5	Juliana Thamrin	1
Robby Sidharta	4	Juliani	1
Sutanni	4	Kurnia Waty	1
Aryo Prawira	2	Lenny Kamadjaya	1
Grace Kandoly	2	Lidya Winata	1
Heryanto Ang	2	Lie Na	1
Lim Dewi	2	Lim Lina Herawati	1
Mutia Dewi Ali	2	Liong JeFing	1
Rosmawaty Sukiatto	2	Louw She Cok	1
Sujanto	2	Magdalena	1
Tan Gek Lian	2	Mariana Halim	1
Yulia	2	Mayati	1
Yulia Suanda	2	Meliana	1
Yuliasan	2	Melissa Adiwinata	1
Alwi Susanto	1	Nicholas & Niquita	1
Anthony Lauw	1	Nurlia	1
Chandra Susanto	1	Oei Yenny Winarto	1
Dalwi Chenderasa	1	Olivia Djoharsjah	1
Damayanti	1	Paramita Ang	1
Daniel Wijaya Kusuma	1	Prita Natalia	1
David Sungahandra	1	Priyanka Ang	1
Dewi Sisilia Kulimno	1	Riki Setiawan	1
Dickinson Siddharta	1	Rosalina	1
Donna	1	Sandra Juda Widjaja	1
Elianti	1	Sen Yung	1
Erly Kuwandy	1	Shirley Ayu Widyaningsih	1
Farida	1	Siska Herawati	1
Farini	1	Steven Adiwinata	1
Gerraldo Silakumaro Candra	1	Suleman	1
Gouw Tjeng Sun	1	T Marianty Moerdani	1
Halim Wijaya	1	Tanti Sri Mayastuti S	1
Hendry Ang	1	Tjong Mulyani Sari Dede	1
Herlina	1	Vera Setiawan	1
Ik Foeng Mansur	1	Victoria Vitanto	1
Indra Anggono	1	Yanni	1
Indra Susanto	1	Yushitaka Erina	1
Ir. Yuliani	1		

DONATUR BUKU MORAL DAN ETIKA DALAM KISAH HIDUP BUDDHA

Nama	Jumlah	Nama	Jumlah
Suyati Tandana	30	Edward Artha Winarto	2
Sugimin Susanto	10	Gren-Ianpin & Keluarga	2
NN	9	Hendra	2
Jenny SE	8	James Cungwanara	2
Sonie Halim	8	Joni Lee Wei Zheng	2
Bakpao Aeng San Lina	5	Kel. Hendra	2
Dedi	5	Kris, Supin, Ariya	2
Donna	5	Lely	2
Ferra	5	Linda Chaisya	2
Indra Alirusin	5	Mariana Santy Yonata	2
Irpin Tanoto	5	Marlina Moeljadi	2
Jono	5	Merryani	2
Kezia & Wesley	5	Mieko Keiko	2
Kosasih & Rosaline	5	Ng Mardi	2
Law Anik	5	Nicholas Chan	2
Pelimpahan Jasa a/n Alm. Budiharto Setiawan	5	Rida	2
Senny Ruslim, Stefanus, Vincent & Andre	5	Sandra Tambayong	2
Tjie Kim Giok	5	Setiawan Husen	2
Yulia Suanda	5	Steven Cungwanara	2
Christian Hadiwija	3	Sulaiman	2
Darren Artha Winarto	3	Sumini	2
Elianti	3	Supiyandi	2
Eva	3	Suryani	2
Hartono	3	Susan	2
Haryo Suparmun	3	Toga	2
Herlina	3	Yanto Capem Sumat	2
Herman Bustamin	3	Adi Nugroho Nirwana	1
Nanang Sajuti	3	Aileen Vimala	1
Nasrul	3	Alfin Gunawan	1
Roger Gunawan	3	Aurelia Vidyami	1
Tjandra Safri & Kel.	3	Chelsea, Celine, Chrysanta	1
Tjung Sioe Tjin	3	Clesia Margaretha	1
Waslin	3	Danny	1
Zulkarnain	3	Deiki Irawan & Keluarga	1
Devin Yuwenka	2	Desmawati	1
Djuani Rosita Widj	2	Dharmaloka	1
		Edi Tjendra	1
		Edy Leonard	1

DONATUR BUKU MORAL DAN ETIKA DALAM KISAH HIDUP BUDDHA

Nama	Jumlah	Nama	Jumlah
Efania Sumanadevi	1	Pelimpahan Jasa a/n Alm. Liong Fo Sak	1
Efimaurya Sumanadevi	1	Pelimpahan Jasa a/n Alm. Liong Kok Hua	1
Gouw Pinawati	1	Pelimpahan Jasa a/n Alm. Tjoa The Kheng	1
Hendra Sidin	1	Pelimpahan Jasa a/n Alm. Yaw Yek Sin	1
I Gede Dhiranando	1	Pranoto Djojohadi K	1
Ima Sia, Arvind Sean	1	Ratna	1
Ingrid Juventia Ta	1	Reagan	1
Jamin Hendra	1	Ricky Salim	1
Jasen Tan	1	Rika	1
Joni	1	Rossaline Laksana	1
Jotan	1	Rudi	1
Julita	1	Sebastian Utama	1
Juni	1	Steve Yang	1
Kel. Jahi Kusuma	1	Suanty Sarikho	1
Lau Seng Meng	1	Suminto	1
Limcen Natalia	1	Surjawati Chandyto	1
Limin	1	Susy Kostiardary	1
Meidina	1	Untung Kunadi	1
Mulyadi	1	Verawaty Candra	1
Nani Sarikho	1	Vihara Buddha Paduma, Binjai	1
Natalia Lika	1	Wilson Tanito	1
Nie Nie	1	Winarsa Lie	1
NN Binjai	1	Wisno Poniman	1
Pelimpahan Jasa a/n Alm. Lim Bie Luan	1	Yohanes Selamat	1